TUSQUETS EDITORES

Néstor Luján y Juan Perucho

# El libro de la cocina española

## Gastronomía e historia

Prólogo de Manuel Vázquez Montalbán



Los 5 sentidos

Con un prólogo de **Manuel Vázquez Montalbán** escrito especialmente para esta edición, **Tusquets Editores** rescata para su catálogo *El libro de la cocina española*, un texto que ya era inencontrable y que a buen seguro hará las delicias de los aficionados a la gastronomía. Y no sólo a ellos, pues, mucho más que un simple recetario, este libro es también un ameno viaje a través de la cultura, las tradiciones y la literatura relacionada con el beber y el comer en España.

Convencidos de que la cocina es un reflejo de la historia de los pueblos, **Néstor Luján** y **Juan Perucho** se lanzaron a un festivo peregrinaje por las cocinas, restaurantes y figones de nuestro país, y por los fogones de particulares y amigos; pretendían así salvar del olvido viejas recetas y dar a conocer los secretos de la elaboración de los mejores y más típicos platos de cada comarca. Pocos tratados gastronómicos pueden presumir como éste de una voluntad tan totalizadora: desde la riqueza del marisco gallego o vasco hasta las infinitas variaciones que puede adquirir el humilde cocido en las dos Castillas o en Cataluña; desde las deliciosas sopas de las Baleares a la liturgia de la paella valenciana, o desde los sobrios platos extremeños hasta los sutiles aceites andaluces. Además de un entretenido periplo por nuestro país, este libro es un espléndido compendio de saberes donde también caben la anécdota sobre el nombre de un plato o su forma de preparación, un tratado sobre la evolución del gusto o una divertida disquisición sobre la etiqueta en la mesa.

→

NOTA DE LOS EDITORES

Este libro fue publicado por primera vez en el año 1970. Debe tenerse en cuenta, por tanto, que algunos nombres de regiones y hasta la misma ordenación geográfica mencionada en estas páginas pueden variar en algunos casos con respecto a los actuales.

A la memoria de doña Jesusa Gutiérrez de Perucho,
y doña Teresa Fernández de Luján,
nuestras madres, que nos enseñaron
a amar la variedad, infinita y delicada,
de la cocina de los pueblos de España

# Prólogo

## La cocina española como problema o como unidad de destino en lo universal

*Luján era un atípico profesor en una tópica Escuela Oficial de Periodismo. Debía hablar de cultura a la primera promoción cribada por la selectividad, a finales de la década de los cincuenta, y dedicó dos cursos a informarnos sobre habanos, novela norteamericana contemporánea, gastronomía, el arte de fumar en pipa, la vida social política de Barcelona y sus especiales apreciaciones, por ejemplo, sobre la cantidad de izquierda que había en las posiciones de José María Castellet o en las de Lorenzo Gomis, es decir, entre una neoizquierda nutrida en los pechos cerebrales del gran poeta brasileño Cabral de Melo, cónsul en Barcelona y «corruptor de menores» como Castellet o Sacristán, así como en las posiciones críticas de Lucien Goldman o* le nouveau roman *y la estrategia ética de un cristianismo avanzado representado por el director de la revista El Ciervo.*

*No eran materias fáciles ni frecuentes en la Barcelona académica de 1957 y mucho menos en el severo edificio donde ahora está ubicado el Centre D'Art Santa Mónica y entonces sede de frailes, de ratas precursoras de efectos especiales a lo Spielberg, oficinas de los mingitorios públicos municipales y de la Escuela Oficial de Periodismo, en la que enseñaba desde el responsable del Ministerio de Información y Turismo en Barcelona hasta un milagroso padre Milagros que con los años dejó de ser cura y milagroso sin dejar de llamarse Milagros.*

*Luján hablaba frecuentemente de sus amigos y muy especialmente de Horacio Sáenz Guerrero y de Joan Perucho, compañeros de audacias gastronómicas y de posiciones liberales así en la tierra como en el cielo, magnífico periodista y persona el primero y escritor singular el entonces juez Perucho, tanto en lengua catalana como castellana, más singular ahora, cuando ha quedado casi como el cultivador por antonomasia de esa redundancia llamada «literatura fantástica», como si la literatura no implicara siempre fantasía. Todavía en aquellos años, Cunqueiro en Galicia y Perucho en Cataluña creaban referentes de un gusto por lo literario como ejercicio lúdico e inacabado, en contraste con una literatura históricamente musculada, muy marcada por la lógica represora de la dictadura y su réplica.*

*Néstor Luján Fernández, en la inmediata posguerra civil, colaboró desde muy joven en el semanario* Destino, *que había evolucionado desde unos orígenes vinculados al falangismo catalán instalado en Burgos hasta posiciones liberales y proaliadas durante la segunda guerra mundial. Desde el comienzo, Luján demostró su capacidad de combinar lo cultural y lo subcultural en un estilo renovador, ya escribiera sobre toros, boxeo o gastronomía, sus dedicaciones fundamentales. También desde muy joven destacó como «escribidor», responsable de libros de encomiable nivel informativo basado en una de las mejores bibliotecas particulares que había en Barcelona, la suya, como* De toros y toreros *(1946),* Guía de la Costa Brava *y* El libro de la cocina española, *publicado en 1970 en colaboración con Perucho.*

*Parte de su colaboración periodística como «opinador» sobre gastronomía, «gastrósofo» en cierto sentido, la recopiló en 1969 en* Las recetas de Pickwick, *seguido, en 1970, de* Nuevas recetas de Pickwick. *Los dos volúmenes fueron publicados por la editorial Taber y posteriormente incluidos en la colección Los 5 Sentidos, de Tusquets Editores.* Luján adoptó el nombre del personaje de Dickens y estos libros constituyeron en su tiempo una pieza fundamental para la extensión de la cultura del gusto gastronómico entre el nuevo tejido social de profesionales normalizables que compusieron la nueva vanguardia democrática española de los años sesenta y setenta. Luján aportaba conocimiento directo de la mejor restauración, curiosidad intelectual pluridimensional y un estilo expositor y crítico reñido con la retórica habitual y muy influido por la prosa de Pla. Néstor Luján es también el autor de* Viaje por las cocinas del mundo *(1983) y de* La cocina moderna, *escrito con su esposa, Tin Luján. Sus textos sobre gastronomía se convirtieron en canónicos para los más jóvenes especialistas y en este sentido fue más determinante su influencia renovadora que la atribuida a Josep Pla. Ya a cierta altura de años, publicaciones y lecturas, se pasó a la novela histórica, en la que utilizó materiales y estrategias de una manera similar a la de sus artículos, fruto de una muy buena base de conocimiento y a un insólito punto de vista expositivo.*

*Joan Perucho Gutiérrez fue, profesionalmente, juez, pero ya desde la época de estudiante colaboraba en* Alerta *y* Destino, *donde ejerció de crítico de arte, y más adelante publicaría en* La Vanguardia, Ínsula *y otras revistas. En lengua catalana comenzó publicando en Ariel y tiene una gran producción de obra poética:* Aurora per vosaltres *(1951),* El país de les meravelles *(1956),* Obra poética *(1978) o* Itineraris d'Orient *(1986). Suyas son las novelas* Llibre de cavalleries *(1947),* Les aventures del cavaller Kosmas *(1981),* Pamela *(1983), y los libros de narraciones* Roses, diables i somriures *(1965),*

* Néstor Luján, *Carnet de Ruta. Las recetas de Pickwick,* Tusquets Editores, col. Los 5 Sentidos n.º 15, Barcelona, 1982. *(N. del E.)*



Aparicions i fantasmes *(1968) y* Botánica oculta *(1980). En diciembre de 2002 obtuvo el Premio Nacional de Literatura y su dedicación a la gastronomía ha sido, en parte, fruto de una voluntad de comunión lúdica con Néstor Luján.*

*La reedición de* El libro de la cocina española *obliga a comparar el momento cultural de su primera edición (1970) con el actual. Recuerdo que poco tiempo después, Edicions 62 me encargó el libro* L'Art de menjar a Catalunya *y se le pidió un prólogo a Luján. En las conversaciones con «mi maestro» salió todo su pesimismo sobre el futuro de la cocina catalana y de las cocinas tradicionales españolas, arrambladas por una cocina de prestigio extranjera, preferentemente la francesa, o por un supuesto cosmopolitismo que iba desde el nivel del incipiente* fast food *a los cambalaches sincréticos de muy renombrados restaurantes. Era un juicio válido en aquellos tiempos, pero a punto de quedar inservible por la frenética dinámica que adquiriría la sociedad gastronómica a lo largo de la década de los ochenta, hasta el punto de que, frecuentemente, cuando periodistas o escritores extranjeros me preguntaban qué aspectos más revolucionarios habían propiciado en España la muerte biológica y casi política de Franco, yo contestaba que la única revolución cultural seria había sido la gastronómica.*

*Y creo, a la vez, en la combinación de certeza y exageración de esta afirmación, porque la transición del franquismo al infinito dependió de la formación y hegemonía de nuevas capas medias con capacidad consumidora para marcar distancias con lo consumido, de la aparición de un espléndido plantel de cocineros en sintonía con ese nuevo cliente –el nuevo burgués ilustrado y democrático–, de la desesperada búsqueda de señas de identidad, aunque fueran gastronómicas, por parte de las autonomías realmente existentes y del papel redentor que ha desempeñado la tarjeta de crédito animando aventuras del espíritu a pagar aplazadamente y, entre ellas, las culinarias. Estaba escrito: si el balance cauto y algo pesimista de «nueva cocina española» de Luján y Perucho marcaba el final de una travesía del desierto, la llegada de la democracia coincide con la aparición de la «nueva cocina vasca» con Arzak, Subijana, Irizar y todos los demás grandes y jóvenes maestros vascos, y movimientos similares emprendidos en Cataluña por el cocinero Mercader en el Hotel de l'Empordà y Ramón Cabau como estratega del gusto de L'Agut d'Avignon.*

*Escribí por entonces que tal vez el protagonismo de una nueva burguesía progresista joven, en parte formada bajo las consignas de Marx –cambiar la historia– y las de Rimbaud –cambiar la vida–, provocaba un progresivo acercamiento al placer, con la ayuda de la píldora anticonceptiva y la tarjeta de crédito. Como coartada moral, los que habían pretendido hacer la revolución y no habían conseguido asaltar el Palacio de Invierno ni el de Verano reclamaban la recuperación de las raíces culinarias en defensa de la identidad gastronómica popular o avanzar por el camino de una cocina experimental, en*

*pos de un enriquecimiento del sentido del gusto, dentro de las coordenadas de lo que más tarde se llamaría «cultura material». Otro factor importantísimo fue la nueva hornada de críticos de gastronomía que, como ya hiciera Prometeo con el fuego o el lenguaje, quitándoselo a los dioses para dárselo a los hombres, arrebataron el monopolio crítico gastronómico al conde de los Andes,* magister *gastronómico de* Abc, *para dárselo a la nueva pequeña burguesía española. La crítica gastronómica nace de la información de restaurantes suministrada por la prensa masiva desde finales del siglo* XIX; *aunque se pueden considerar críticos gastronómicos los clásicos de la teorización sobre el gusto, desde Platón, en su* Gorgias, *hasta la selectiva crítica actual del New York Times, hubo que pasar por gastrósofos como Carême, Brillat-Savarin, Grimod de la Reynière, Dumas, Balzac, iniciadores de una cadena cada vez más depurada de divulgación y sanción de profesionales, restaurantes y tendencias. Tras la Revolución francesa, la alta cocina salió de los palacios y los conventos y pasó a las calles a través de los restaurantes, generando el papel del informador y sancionador de la restauración: el crítico.*

*En España, nombres como los de Dionisio Pérez (conocido como Post Thebussem), Picadillo, Ángel Muro o la condesa de Pardo Bazán están en los orígenes de esta práctica que inicialmente abasteció a iniciados y a sectores sociales en condiciones de acceder a depurados consumos, por lo que no es de extrañar que la crítica gastronómica moderna la monopolizara el diario* Abc *y, como especialista, su colaborador, el conde de los Andes. En la posguerra civil española, marcada por las dificultades del simple comer, irrumpe una nueva clase social enriquecida por la victoria y por la protección de las estructuras franquistas (la llamada «burguesía del estraperlo»), que se dedicó a consumir gastronomía, mucho pero mal, y retrocedieron los niveles del gusto. Aparecieron focos de resistencia del paladar que trataron de inculcar el buen comer y fue notable el esfuerzo que representó la escritura gastronómica de Álvaro Cunqueiro, José María Castroviejo o Josep Pla; la labor de la revista Destino y de su comentarista Néstor Luján y la irrupción posterior de entonces jóvenes críticos, como Víctor de la Serna, Joan Perucho, Busca Isusi, Xavier y Eugenio Domingo, Gonzalo Sol, Luis Bettónica, Carlos Delgado, Antonio Vergara, Lorenzo Díaz, Llorenç Torrado, Carmen Casas... Todos ellos estuvieron en interrelación con un nuevo público de profesionales que alentaron el renacimiento de las cocinas españolas, con afán nacionalista, autonomista o simplemente por afán cultural o por placer. Cabe señalar algunos libros importantes para la comprensión de la moderna crítica, como* El que hem menjat *[Lo que hemos comido], de Josep Pla; el ya citado* Las recetas de Pickwick, *de Néstor Luján;* Cuando sólo nos queda la comida, *de Xavier Domingo,* o la* Crítica de gastronomía

* Tusquets Editores, col. Los 5 Sentidos n.º 2, Barcelona, 1980. *(N. del E.)*



pura, *de Arturo Prados, libro singular de filosofía del gusto a cargo del responsable del restaurante madrileño La Gastroteca de Stephane y Arturo.*

*Si los libros de cabecera del aprendiz o aprendiza de cocina doméstica habían sido* Sabores *o* Carmencita o la buena cocinera, *hubo síntomas de que la movida democrática iba a cambiar las cosas. Por ejemplo, dentro de una colección tan prestigiada como la de bolsillo de Aguilar, determinante en el sustrato del saber de la nueva vanguardia social, aparecía en 1981 un libro como* Cien recetas magistrales, *en el que figuraban propuestas de Juan Mari Arzak, Clodoaldo Cortés, Ramón Cabau, Raimundo Frutos, Gustavo Horcher, Antonio Juliá, Jean-Louis Neichel, Jesús María Oyarbide, Genaro Pildaín y Paul Schiff. Este libro marca un antes y un después de la fijación de la memoria de la gastronomía de autor, con recetas aligeradoras de la mejor tradición gastronómica: sopa de valvices y trufa, huevos escalfados con trufa y tuétano, brioche al tuétano, riñones de ternera a la mostaza, manos de cerdo al moscatel,* gratin de poularde aux épinards, *caldero murciano, berenjenas a la crema con gambas y jamón, mollejas de ternera Carlos Horcher, Stroganoff San Petersburgo,* brochette *de langostinos finas hierbas, terrina de escórpora y congrio a la albahaca, gelatina de conejo y hortalizas al jerez, brandada fría de dorada, pato con salsa de setas, bacalao al pil-pil de Guría, hígado de oca a las uvas,* risotto *de carabineros al azafrán y* soufflé *helado al vino de Málaga.*

*La combinación de tradición y modernidad retrata un momento de la evolución de la creatividad de cocineros y estrategas del gusto, porque a veces ha sido tan determinante el ingenio de un gran chef como el genio de un gran diseñador de platos imaginarios. Ocho años después lo magistral ya no son las recetas sino los cocineros, abierta la perspectiva de una «cocina de autor» que tenía en Europa a Girardert como profeta excepcional y que tiene hoy en España una docena y media, de momento, de maestros de talla internacional. En 1989 un nuevo libro,* La cocina magistral, *reúne a Arguiñano, Arzak, José Juan Castillo, Luis Eduardo Cortés, Luis Cruañas, José García Marín, Tomás Herranz, Luis Irizar, Iñaki Izaguirre, José Julià, Pedro Larumbe, Fernando Martín, José Monje, Jean-Louis Nichel, Perfecta Palacio, Ramón Ramírez, Raón Roteta, Paul Schiff, Pedro Subijana y Jaume Subirós, la mayor parte de ellos cocineros, y otros a los que yo califico de «estrategas de restaurante», caso de Monje o Julià, inspirador de la filosofía de las cartas pero no cocineros de oficio. También esta vez abundaron las recetas ejemplares, como los zancarrones de cordero llenos de foie y trufa, de Arguiñano; la sopa de malvices y trufas, de Arzak; la ensalada tibia de angulas, de Castillo; el pato de corral a la miel y al pomelo, de Luis Eduardo Cortés (jefe de cocina, Alfonso Dávila); la lubina a las algas marinas en salsa de erizos de mar, de Luis Cruañas (jefe de cocina, Juan Figueres); el cordero a la miel, de José García Marín; el brécol rebozado con setas y jamón serrano, de Tomás Herranz; la* mousse *de cigalas*

*con pofietas de lenguado, de Irizar; el puré de alubias con* sushi *de morcilla y chorizo y las ostras con salsa de trufas sobre fondo de puerros, de José Julià (jefe de cocina, Isidro Martín); la merluza rebozada con salsa verde al azafrán, de Pedro Larumbe; la lubina al vinagre de sidra, de Fernando Martín; el bogavante con salsa de trufas de Olot, de José Monje (jefe de cocina, José Muniesa); el pichoncito de masía relleno con trufas frescas y braseado al oporto, de Jean-Louis Nichel; el arroz con raya, almejas y verdura de la temporada, de Perfecto Palacio; el salmón fresco relleno de ostras, de Ramón Ramírez; los filetes de lenguado rellenos de vieiras, de Ramón Roteta; el medallón de jabalí con clementinas y* gratin *de patata, de Paul Schiff; el hojaldre de paloma en salmis, de Pedro Subijana, y los nabos de Capmany al roquefort, de Jaume Subirós.*

*Nuevas ediciones de libros similares y nuevos maestros marcan el compás de entrada de los años noventa y de un espléndido comienzo del siglo* XXI *en el que Arzak, Santamaría, Adrià, Berasategui, Carme Ruscalleda y Toñi Vicente encabezan una veintena de supercocineros y una cincuentena de muy buenos cocineros repartidos por toda España, de manera que el triángulo País Vasco, Madrid y Barcelona se ha convertido en un polígono afortunadamente muy irregular que obliga a viajar a Galicia en demanda de una cocinera como Toñi Vicente, a Palma para gustar la cocina de Koldo Arroyo, a Cáceres para encontrar en Atrio una polifonía de nueva cocina con raíces, a San Pol de Mar o a Girona para conectar con dos jóvenes maestros consagrados como Carme Ruscallada y Joan Roca.*

*No cito todos los que son, pero prevengo que esta revolución cultural protagonizada por una sociedad gastronomizada que equivale a lo que en literatura se llama «sociedad literaria» (escritor, editor, crítico y lector) ha hecho posible que un cocinero como Ferran Adrià tenga una lista de espera internacional de un año o que muchísimos y muy osados jóvenes cocineros aparezcan con la capacidad del que pretende inventar la cocina sin olvidar la que ya está inventada. Sobre la importancia del saber o no saber comer en un país en el que lo más importante ha sido siempre comer o no comer (España suma todavía ocho millones de pobres), tenemos el dato de la proliferación de guías gastronómicas y revistas especializadas que señalan el paso de la prehistoria a la posmodernidad. Desde las páginas de recetas de las revistas femeninas de los años cuarenta a* Sobremesa, *o desde las guías heroicas y personalísimas de Laso de la Vega o Carlos Pascual a las diríase que hechas con láser de precisión, como* Gourmetour *y equivalentes o las que son declaración de principios muy fundamentados, personales pero transferibles, por ejemplo las de Rafael García Santos, sesenta años de revolución cultural nos contemplan y las cocinas de España van camino de liberarse para siempre de la maldición de Julio Camba, que las había condenado a estar llenas de ajo y de prejuicios religiosos por toda la eternidad. Ahora sólo corren el riesgo de caer en las garras de la «teología de la*



*alimentación», por lo que vale la pena resucitar textos ya clásicos tan antiteológicos como* El libro de la cocina española, *donde, hace más de treinta años, Luján y Perucho hacían un balance racionalista de la cocina realmente existente y del carácter plural de las cocinas de España, algo así como un anticipo de la fórmula «nación de naciones» consagrada en la Constitución democrática de 1978. Más allá de inventarios maximalizados y herederos de los redactados a comienzos de siglo, como el ya famoso de Dionisio Pérez o de los inventarios hipercalóricos que se limitaban a sumar todos los recetarios convencionales, Luján y Perucho presentan un libro fundamental para recordar el papel que el patrimonio representa en las pautas del gusto y que ese patrimonio no depende sólo de una memoria práctica, transmitida de promoción en promoción por cocineros, sino de la capacidad que tiene una cultura de poner por escrito sus estadios de conocimiento práctico. Era muy singular descubrir la excelente producción de libros de cocina en castellano o catalán hasta el siglo* XVIII *y cómo el renacimiento nacional o regional, o la revolución burguesa, allá donde la hubo, propiciarían el arranque de una nueva relación entre teoría y práctica culinaria, en una España siempre marcada por la vecindad monitora del gusto francés.*

*Libro serio e histórico en el doble sentido del adjetivo. Porque hubo un antes y un después y porque fue, desde que nació, imprescindible para una determinada rama del saber, fundamental para el ejercicio de uno de los cinco sentidos literaturizados, aunque quedan unos cuantos por literaturizar. Inventarios y recorridos tienen en esta obra de Luján y Perucho la seriedad de lo comprobado y la oferta de los comprobable y superan el sectarismo o el dogmatismo de obras anteriores que trataban de aplicar a las culinarias españolas tesis tan peregrinas como la indestructible unidad de destino en lo universal, terrible promesa de comunión de escogidos que no resiste una comprobación gastronómica, ni siquiera relacionable con el canibalismo. En ese largo paso que la década de los sesenta marcó entre el camisón con ventanilla y la píldora anticonceptiva,* El libro de la cocina española *de Néstor Luján y Joan Perucho desempeñó un papel en cierto modo equivalente al de* España como problema, *de Laín Entralgo. Pero esto ya sería materia para otro prólogo y de otro libro.*

Manuel Vázquez Montalbán
Barcelona, febrero de 2003

# Prefacio

Desde nuestros años universitarios, los autores compartíamos la ilusión –con otras propias de estudiantes obsesionados por las letras, las artes y la historia– de peregrinar por España recogiendo algo de nuestro acervo espiritual, y a la vez material, que creíamos se iba perdiendo irremisiblemente: la tradición de la cocina española. Se trataba de reunir las vivencias, las realidades y las remembranzas de una cocina variada y popular como la española, pero que no alcanzó jamás, a pesar de su diversidad y evidentes calidades, una rotunda unidad de prestigio como la italiana en el Renacimiento o la francesa desde el siglo XVIII hasta 1970.

Este peregrinar lo cumplimos durante varios años. Hemos de decir que nos ha sido muy difícil, cuando no contábamos con personas amigas que nos llevaran a sus casas, conocer los platos en su verdadera calidad. Pero precisamente por este motivo creímos que debíamos recoger cuantas recetas pudiéramos, aparte de los datos procedentes de tantas y tantas inhallables obras de gastronomía antigua. Se trata de un esfuerzo para el cual quizá no estábamos suficientemente preparados, aunque lo cumplimos con nuestra mejor voluntad y en alegre camaradería. De todos modos, el hecho es que el libro se ha escrito, y es un intento de reunir el histórico origen de los platos, las transformaciones de los mismos, las evocaciones de recetas ya desvanecidas o en trance de desaparecer y las positivas experiencias vividas.

Ésta es una de las razones que justifican que el libro contenga una primera parte, teórica y nostálgica; una segunda, histórica, y, finalmente, una tercera, que podríamos llamar de experiencia práctica. Bien sabemos que no hemos agotado, ni mucho menos, el tema, pero si consiguiéramos que el lector se hiciera cargo de lo que hemos iniciado, y de la necesidad de que existan unos continuadores en nuestra labor, nos daríamos por satisfechos.

Redactado este libro de gastronomía e historia, se consideró necesario añadir unas recetas modernas y prácticas, debidas a un experto

cocinero. A pesar de que en nuestros textos existen unas recetas originales, ésta es una faceta en la que nosotros no tenemos autoridad, ya que nuestra afición a la gastronomía, nuestro oficio de escritores y nuestro intento, quizá temerario, de ser historiadores de un fenómeno tan complejo, tan rico y tan olvidado son los únicos justificantes de haber emprendido una tarea que, desde la escueta obra de Dionisio Pérez, *Guía del buen comer español* (1929), que tan útil nos ha sido, nadie se había atrevido a emprender.



# Introducción a la teoría del gusto

*El arte*

Algunas veces se nos ocurre la modesta consideración de que comer es una necesidad, y que, por consiguiente, todo el mundo está obligado a ello. Sin embargo, un poco después nos preguntamos inquisitivamente, ¿qué se entiende por comer bien?, ¿cómo se debe comer y en virtud de qué principios?

Naturalmente, los principios en virtud de los cuales se logra comer bien se integran en lo que llamamos «gastronomía». La gastronomía es un arte. Nosotros somos de los que creen con firmeza que la gastronomía es un arte delicado y difícil, aunque sin duda hay gente de temperamento más bien taciturno y parco que cree todo lo contrario; es decir, cree que estamos aludiendo a nuestros instintos menos nobles. Craso error. Esta gente, por su parte, come lo que sea, sin gusto y sin delectación, y mira a quienes nos sentimos tocados por la gracia aérea y perfumada de los pucheros como si fuéramos seres un poco excéntricos, no del todo recomendables. «Comer para vivir, y no vivir para comer», dicen. No obstante, poca gente se resignaría a un futuro alimentario que, aunque científico y racional, se basara en píldoras y comprimidos, que es lo que, según creemos, ingieren los astronautas en sus poéticos viajes por el cielo.

Nuestro querido amigo Álvaro Cunqueiro, que es uno de los hombres que conocemos con más sensibilidad para la cocina, dice en su libro *Historia de las chimeneas de Galicia,* escrito en colaboración con José María Castroviejo, que «cosa del espíritu es la cocina y arte suprema». En efecto, todos los seres vivientes de la creación se ven precisados fatalmente a alimentarse. El hombre no es diferente, en este sentido, de los animales: para subsistir debe comer; ahora bien, tiene una gran capacidad para sublimar sus necesidades y ennoblece todo lo que toca. Naturalmente, hay muchas excepciones, pero ellas confirman la regla. Este proceso de sublimar cosas y sentidos es la civilización, flor encantada y maravillosa, ganada a pulso día a día, y que cualquier cosa puede echar a perder. Hay un

instinto de regresión en el hombre, que estalla desgraciadamente de cuando en cuando, y que la civilización y la cultura corrigen fatigosamente. Pero al lado de este instinto hay otro: el de transformar en belleza todo lo humano. Los sentidos han sido sublimados, y la vista, el oído, el tacto y el gusto han creado categorías de belleza. Así han nacido la poesía, la música, la pintura, la escultura... Así nació, también, la gastronomía.

De lo dicho debe entenderse que la gastronomía es un arte que se apoya en el gusto, de la misma manera que la música se apoya en el oído y la pintura en la vista. Básicamente es así, no cabe duda. Pero es un poco más complejo. La gastronomía se dirige esencialmente al gusto, al paladar; pero también se dirige a otros sentidos, como la vista y el olfato. Asimismo, la cocina opera muy directamente en la imaginación, y por eso, y aunque parezca extraño, tiene una gran importancia el misterio. Todo arte debe tener misterio y, si hemos convenido en que es un arte, la gastronomía debe tener misterio. Este misterio reside en la combinación de sus distintos elementos y recuerda, en cierto modo, al de los alquimistas. Un buen cocinero debe sentir el misterio de la creación, del acto creador; y si jamás siente la tentación de hacer una nueva combinación, de crear una nueva fórmula, será siempre un mal cocinero. Brillat-Savarin decía que «el descubrimiento de un nuevo plato hace más bien a la humanidad que el descubrimiento de una nueva estrella». Brillat-Savarin era un poeta que, como otros muchos poetas, no fue tomado en serio hasta después de su muerte. Sin embargo, no puede decirse que en vida desaprovechara demasiado el tiempo, la verdad. Nos dejó un libro, macizo e inmortal, sobre sus experiencias de lo comestible.

Por todas estas razones, y como homenaje a los cocineros, el gran gastrónomo Alexandre Grimod de la Reynière insertó en su *Almanach des gourmands ou Calendrier nutritif* (1803) unos alusivos y rotundos versos del poeta Désaugiers. Como es sabido, Grimod de la Reynière fue un sujeto muy extraño, de carácter sarcástico y macabro, un poco a la manera de Sade, tal vez a causa de un defecto físico singular: sus manos semejaban las extremidades de un palmípedo y las suplía con unos artilugios mecánicos.

Los versos de Désaugiers decían lo siguiente:

*Un cuisinier, quand je dine,*
*Me semble un être divin,*
*Qui du fond de sa cuisine*
*Gouverne le genre humain.*



*Qu'ici-bas on le contemple*
*Comme un ministre du ciel,*
*Car la cuisine est un temple*
*Dont les fourneaux sont l'autel.*

Los cocineros son, pues, los creadores de un arte. Ellos crean, sobre lo que ha legado la tradición, la flor rara y exquisita. Sin embargo, es muy difícil crear un nuevo plato. También los aficionados, los *gourmets,* han contribuido decisivamente al hallazgo, y así Rossini, que fue gran músico y gastrónomo refinado, combinó los macarrones con la trufa, y Meyerbeer poseía el secreto de cocinar exquisitamente diversos platos de riñones. No olvidemos tampoco que Alejandro Dumas, autor de los estupendos lances de *Los tres mosqueteros,* nos dejó, en *Mon dictionnaire de cuisine,* uno de los libros más lúcidos sobre este arte.

### *La técnica*

Sabemos ya que «cosa del espíritu es la cocina y arte suprema». Ahondando en este sentido, se ha afirmado que «la cocina es el arte de la gran paciencia». Ahora bien, sabemos asimismo que Montaigne, en pleno siglo XVI, denominaba a la cocina *«science de la gueule»,* y esta opinión ha sido compartida, desde entonces, por diversos e ilustres autores. Llegados a este punto, nos encontramos con una aparente contradicción: ¿la cocina es un arte o una ciencia?

Montaigne, filósofo *bon vivant,* llamaba a la cocina «ciencia», en virtud de su natural inclinación a las puras construcciones mentales. La cocina es, en realidad, un arte; pero también es una ciencia o, por lo menos, un conjunto de reglas cada vez más axiomáticas. En nuestros días no llamamos «ciencia» a la cocina porque nos atenaza un invencible temor al ridículo. En el siglo XX, las ciencias –sobre todo las ciencias físicas, que constituyen la ciencia por antonomasia– han dado un salto adelante tan prodigioso que llamar ahora «ciencia» a la cocina parece como si la sacara de sus justos límites y, por tanto, un poco aventurado. En el siglo de Montaigne era otra cosa. Las ciencias estaban en mantillas y no se sabía exactamente dónde empezaban ni tampoco dónde terminaba el pragmatismo. La ciencia era como un gran saco profundo del que se podían extraer muchas y divertidas cosas.

Es evidente que la cocina es un arte. Sin embargo, nosotros afirmamos que es también una técnica. Es un arte por cuanto tiene de

invención; y es una técnica por cuanto un conjunto de reglas, podríamos decir «codificadas», la hacen posible. Todo arte supone una técnica que lo acompaña y lo sustenta. La pintura tiene una técnica, y la tienen también la literatura, la arquitectura, la danza, etcétera. Sin inspiración, sin invención, no hay arte, no hay nada, y todos estamos de acuerdo en ello; pero para interpretar una sonata al piano es necesario, cuando menos, saber tocar el piano, y para construir una casa es conveniente, so pena de quedar sepultados bajo sus escombros, que quien la edifica conozca la técnica arquitectónica. En materia de cocina ocurre lo mismo.

Existen, pues, unas reglas que deben saber los cocineros. Un buen cocinero, antes de aventurarse por los caminos de la inspiración, debe ser un buen técnico. Y esto no se aprende sin esfuerzo y sin un buen maestro y un buen libro. Don Eugenio d'Ors, cuando se refería a toda enseñanza, a todo sistema pedagógico, decía «escolares, de rodillas», y quería significar con ello la dureza de cualquier aprendizaje. La técnica es difícil y no admite bromas. El *Almanaque de conferencias culinarias,* publicado en Madrid, en el año 1892, insertaba un poema que satirizaba al Diccionario de la Real Academia por haber dado cabida a voces de acepción y técnicas culinarias disparatadas. A cada uno lo suyo. Este curioso poema, no desprovisto de gracia, se titula «Cocina académica» y aparece firmado por Eduardo Bustillo. Dice así:

La Academia Española
usa también mandil y cacerola,
y da a su Diccionario
leyes de cocinero estrafalario.

Que no tome sus fórmulas a bien
quien no tenga por el mango la sartén
e intente maravillas
para hacer agasajos con tortillas.

¿Daréis del paladar para deleite
huevos frescos «batidos en aceite»?

¿Por qué ley, de figón o mala fonda,
la tortilla ha de ser «siempre redonda»?
Ahí está la riquísima «francesa»
dentro de ley más franca en mejor mesa.



Cocineras graciosas
que tortillas hacéis tan deliciosas:
a vuestro gusto hacedlas, que es lo justo,
y no al de la Academia, que es mal gusto.

Como se ve, la poesía no es enemiga del arte gastronómico y, antes al contrario, acude en su ayuda y defensa cuantas veces se ve ofendido o apurado.

Ante los aromáticos quehaceres de los cocineros, Brillat-Savarin proclamó, solemnemente convencido, que *«le domaine de la gastronomie ne peut que s'agrandir par les découvertes et les travaux des savants qui vont le cultiver»,* juzgando necesario la existencia de cursos, profesores, premios y una academia. A tal efecto, siguiendo las directrices del maestro, un siglo y pico más tarde, el gran Curnonsky fundó, exactamente en 1930, la Académie des Gastronomes.

Convencidos de que la gastronomía es, a la vez, un arte y una técnica, los miembros de tan singular corporación publicaron, después de largos trabajos y complicaciones, un *Dictionnaire de l'Académie des Gastronomes,* que recoge las recetas y los secretos más profundos de la técnica culinaria. De la A a la Z aparecen definidos el arenque y la ambrosía, el borgoña y la ballena, el pavo y la trufa, la cebolla y la nuez moscada. Aparecen también las diversas técnicas que ligan tan variados y sugestivos elementos.

Ahora bien, ¿qué es la técnica? La técnica es el elemento aportado por los siglos, la lenta sedimentación de los mismos, la acumulación de las experiencias del pasado. Toda invención en cocina, una vez aceptada y valorada debidamente, pasa a formar parte de la técnica culinaria. Sobre esta base se ha creado la flor de la cocina europea y, de ella, la española, que es a la que primordialmente nos referimos; pero, naturalmente, toda cocina tiene su técnica, alguna refinadísima, como la cocina china, que es una de las grandes cocinas del mundo. Sin embargo, es peligroso hablar separadamente de arte y técnica, porque, en realidad, van y evolucionan juntas. Al evolucionar el gusto, arte y técnica evolucionarán también al unísono.

Si la cocina, como arte, se dirige a la invención y al misterio, y representa el logro de lo inspirado, la técnica se dirigirá a la realización material de lo que, en un momento de inspiración, ha vislumbrado el cocinero. Pero la técnica no sólo hace posible la inspiración, sino que, en algunas ocasiones, incluso la condiciona. Hay un tipo de cocina, por

ejemplo, que opera casi exclusivamente sobre la perfección y excelencia de los materiales que utiliza, para la cual el misterio de la alta cocina le es indiferente. Sin embargo, se trata de una excelente cocina. Ahora bien, en este tipo de cocina, técnica e inspiración van unidas estrechamente y hasta cierto punto se confunden. Para hacer una buena langosta a la parrilla, pongamos por caso, es necesaria una técnica irreprochable, clásica en sus fundamentos inmutables, a la que la inspiración difícilmente podrá añadir nada nuevo. Algunas veces la inspiración se desborda y falla la técnica, como en el caso de Victor Hugo cuando dirigió su famoso billete, en verso, a Judith Gautier, esposa de Catulle Mendès, por no haber acudido a una cena del poeta:

*Si vous étiez venue, ô belle que j'admire,*
*Je vous aurais offert un repas sans rival;*
*J'aurais tué Pégase et je l'aurais fait cuire*
*Afin de vous servir une aile de cheval!*

En el haber de la técnica debe ponerse, básicamente, todo lo que se dirija a hacer digestivo y sano lo que comemos. Una técnica que nos resultase deliciosa al paladar, pero que nos matase con los ardores de la digestión, no sería una técnica culinaria, sino una técnica de asesinato, considerada, si bien es verdad, y como diría Quincey, como una de las bellas artes. Todas las cortes históricas han tenido técnicas culinarias de este tipo, de una eficacia positiva, y así han mandado a muchos comensales al cementerio después de gustar las excelencias de una empanada de lamprea. Los romanos, por ejemplo, fueron maestros en esta siniestra actividad, y nosotros recordamos una graciosa película, que vimos en nuestros años juveniles, titulada *Escándalos romanos,* de Eddie Cantor, en la que un barbudo Nerón, desconfiando de su cocinero, daba un muslo de pollo a un cocodrilo amaestrado que tenía a sus pies. El cocodrilo, después de devorar ansiosamente el bocado, daba una impensada y aparatosa voltereta en el aire y caía fulminado en el acto. Era a la vez cómico e impresionante. Sin embargo, no nos referimos a estas técnicas. Queremos decir que la técnica culinaria debe asegurar que nos sienten bien los alimentos, y ésta es una de las reglas fundamentales de la buena cocina.

Según Édouard de Pomiane, ello se consigue con la ayuda de la ciencia: el arte culinario debe apoyarse en las enseñanzas de la energética, de la química, de la fisiología, etcétera. Para este médico y gastrónomo refinado, el arte culinario recae exclusivamente sobre los alimentos. En su magnífico libro *Bien manger pour bien vivre,* Pomiane



dice que los fisiólogos han agrupado los alimentos en cuatro grandes categorías:

1. Los albuminoides.
2. Los hidratos de carbono (almidones y azúcares).
3. Las grasas.
4. El agua y las sales minerales.

Pomiane añade los alcoholes. La cocina, pues, debe basarse en las propiedades de los alimentos. Cuanto más nutritivo y sano sea un plato, tanto mejor. Es más: una buena comida ha de sentar siempre bien y sólo en este caso será recordada con placer. El gastrónomo no lo olvida jamás y, consecuente con ello, el *Dictionnaire de l'Académie des Gastronomes* termina su artículo dedicado a la digestión con los siguientes y sugestivos versos:

*Digérez-vous, voilà l'affaire.*
*L'homme n'a rien s'il ne digère,*
*Car sans cela plaisirs et jeux*
*S'envolent au pays des fables;*
*L'esprit fait les mortels aimables,*
*Mais l'estomac fait les heureux.*

Bien pensado, en estos versos se condensa la razón de ser de la gastronomía.

*El gusto*

Sabemos que la cocina es un arte y, a la vez, una técnica. Ahora bien, podemos preguntarnos lícitamente hacia dónde confluyen el arte y la técnica de la cocina. Es decir, cuál es su objetivo.

A esta razonable pregunta contestaríamos que, una vez asegurada la bondad de lo que vamos a comer –y esto se consigue con los conocimientos indispensables sobre los alimentos, sobre la digestión, sobre el psiquismo, etcétera–, el arte y la técnica de la cocina se dirigen al gusto. No es necesario tratar prolijamente el concepto del gusto, porque todo el mundo sabe lo que es y porque además hay un libro capital sobre esta materia, que es la *Physiologie du goût,* del gran Brillat-Savarin. Brillat-Savarin ha dicho todo lo que se podía decir sobre el gusto, sus particularidades, cómo éstas se producen y su ascensión a categoría

estética. Sin necesidad de recurrir a Brillat-Savarin, nuestro volteriano y librepensador caballero de Azara dijo en pleno Siglo de las Luces que el gusto «es uno de nuestros sentidos; el sabor, la impresión que el sentido recibe; y según que ésta sea agradable o desagradable, fuerte o débil, la juzga buena o mala nuestra alma».

Nosotros dejaremos de lado los fundamentos científicos y filosóficos del gusto y marcharemos directamente hacia delante. Ahora bien, ¿cuál es la principal función del gusto? Sencillamente, lo acaba de afirmar Azara, determinar los sabores. En una representación barroca de la doctrina que exponemos habría, con mucha tramoya y bambalina, un jardín esmaltado de flores multicolores de todos los tamaños, por el que pasearía, a veces jovial y a veces taciturno, un caballero.

Es el gusto. Este extraño caballero se comporta distinguidamente, se detiene ante una cualquiera de las tentadoras flores y arrancándola delicadamente con los dedos la huele con fruición y luego se la come. No es difícil adivinar lo que representa cada una de estas florecillas. En esta representación barroca del gusto, las florecillas son los sabores.

Los sabores, pues, representan el contenido y la información del gusto. El gusto mide y calibra los sabores. Pero no todo el mundo tiene el mismo sentido del gusto, y así, el ex jesuita Esteban de Arteaga, colaborador de Azara y esteta consumado, dijo:

> «Quando se pasa de los objetos simples a los compuestos, y de las ideas sensibles a las abstractas, la certidumbre cesa, porque la formación de estas últimas depende no tanto de la acción inmediata de los objetos sobre los sentidos, quanto de la operación del entendimiento, la qual es diversa en cada individuo, como lo son la capacidad, el talento, la disposición del cerebro y la colección de ideas anteriores, que sirven de base a su raciocinio. De aquí nace el diverso significado en que se toman las palabras "gusto", "honor", "interés", "instinto", y otras semejantes, que cada uno interpreta según sus principios, sus pasiones, su educación o su ignorancia».

De todo lo cual se infiere que hay gente que tiene el gusto muy agudizado y hay gente que no; depende. En esto, como en tantas otras cosas de la vida, siempre hay una extensa gradación. De la misma manera que existen seres dotados para apreciar la belleza de un poema, por ejemplo, aunque no sepan definir en qué consiste esa belleza –cosa muy difícil de definir, sea dicho de paso–, también existen seres capaces



de apreciar la quintaesencia de un guiso exquisito o de un vino ilustre, aunque no sepan definir esta quintaesencia. Sin embargo, nos apresuramos a decir que, al igual que acontece en las demás artes, en esta materia el gusto puede educarse. La gastronomía tiene ese objetivo. La gastronomía educa el gusto, lo afina y sensibiliza. Lo hace apto para apreciar las flores del jardín barroco, perfumado y comestible.

Naturalmente, hay una gradación jerárquica de los sabores. Brillat-Savarin, que como ya hemos dicho es la primera autoridad en todas las cuestiones del gusto, dice que el número de los sabores es ilimitado, puesto que cada cuerpo soluble tiene un sabor especial que no se confunde con ningún otro. Los sabores se modifican por su yuxtaposición y combinación, de tal suerte que se puede llegar punto menos que al infinito en eso de agregar un sabor a otro sabor. Ahora bien, la gastronomía no es un arte de prestidigitación, y para no desorientar a nadie sobre este punto delicado, enunciaremos un principio fundamental e inmutable. Este principio puede definirse de la siguiente manera: «Las cosas deben saber a lo que son». Dicho de otro modo: la lubina no debe saber a solomillo, ni la alcachofa a cangrejo. Si así fuere, no estaríamos hablando de gastronomía, sino de magia o encantamiento, y de pronto, con la ayuda del sentido común, nos daríamos cuenta de nuestro error. Si a pesar de ello persistiera el sabor transmutado y loco, entonces, irremediablemente, se trataría de una mala cocina, de una cocina detestable.

Si alguien preguntara qué es, en definitiva, eso de los sabores y su gradación, eso de la combinación y de la agregación, contestaríamos que es como una música de fondo. Esto es el misterio y la poesía del arte culinario. Esto es, simplemente, la inspiración.

### *Otros factores*

Existen, aparte del gusto, otros factores importantes que ya insinuamos anteriormente. Estos factores son la vista y el olfato. En el alegórico jardín barroco que imaginábamos, y por el que se paseaba un fantástico caballero, que era el gusto, surgían los sabores como flores de vivos colores y aguda fragancia. Es decir, había allí reunidos dos sentidos más: la vista y el olfato. Estos dos sentidos, junto con el gusto, producen en los comensales la conveniente dosis de psiquismo para deleitarse con una buena comida.

La vista es importante para el deleite gastronómico. Los platos deben servirse con gusto y armonía, y no es algo baladí la buena

presentación de los mismos. Un buen cocinero presentará los platos con un cierto sentido artístico, de forma que produzcan una agradable impresión en la fuente antes de ser servidos. Sin embargo, es preciso decir una cosa muy importante y que debe tenerse en cuenta: nunca se adornarán los platos con algo que no sea comestible. Todo lo que se sirve en el plato debe poder comerse. Queremos decir con ello que deberá evitarse el uso de adornos artificiales o indigeribles, pues su presencia es ilógica y destruye el psiquismo gastronómico. El gran cocinero Augusto Escoffier, que fue llamado en su tiempo «rey de los cocineros y cocinero de reyes», escribió que «toda la aspiración del cocinero, al adornar un hermoso plato, tiene que ser lograda siempre y exclusivamente por medio de adornos "comestibles", armoniosamente dispuestos. Una norma absoluta para el porvenir ha de ser ésta: todo lo que no sea comestible debe ser eliminado del plato». A este propósito, dice Schremli, que tal exigencia se ha convertido hoy en ley culinaria, especialmente en Francia, Suiza y Alemania. Y añade:

> «Después de la primera guerra mundial, en los grandes hoteles, donde había, por regla general, una dirección anticuada, se veían aún adornos de flores de cera, yeso, estearina y otros productos. Una fase intermedia la han representado las rosas de vivos colores hechas con patatas crudas, que llenaban de adornos incomestibles muchas fuentes. Ha de tenerse en cuenta, para apreciar tal progreso, que si bien una flor de cera es realmente incomestible, una flor de patata cruda es indigesta o, por lo menos, muy poco agradable de comer».

El sentido de la vista es también muy esencial en el capítulo de los vinos. El color de un vino es insustituible, y contemplar, por ejemplo, la vida graciosa y levemente burbujeante de un champán Laurent Perrier, de la Cuvée Gran Siècle, servido en lo que los franceses llaman *flûte* («flauta»), es algo inenarrable. Lo mismo podemos decir respecto del color cardenalicio y aterciopelado de un buen reserva riojano.

El olfato también es muy importante, y sin la participación de este sentido no hay degustación completa. El citado Brillat-Savarin, que es como «el papa de la gastronomía», dijo que «el olfato es el centinela del gusto, y que ambos sentidos, en el fondo, quizá no sean más que una sola cosa, de la cual la boca fuera el laboratorio y la nariz la chimenea». Lo cierto es que el aroma de un guisado debe contribuir eficazmente a la eclosión del psiquismo a que antes nos



hemos referido. Para ello es indispensable que este aroma no sea perturbado por otro de distinta estirpe, y así, el erudito gastrónomo Pardo de Figueroa recomendaba a las amas de casa no poner flores en la mesa o, al menos, ponerlas muy discretamente y de olor poco acusado. Decía este ilustre tratadista:

> «Si es cierta e indudable la relación gastronómica que media entre el olfato y el gusto, se comprenderá cuánto me desagrada mezclar el aroma de las flores con el de las sopas. Los alimentos tienen los perfumes especiales que entran en su composición y aliño. Mezclar olor de rosas, claveles y violetas, con salmones, perdices y chorizos, me parece tan absurdo como ceñir pistolas a un Santo Cristo. Es trocar los frenos y decir "una sobremesa de pino pintado" en vez de "sobre una mesa de pintado pino". En buena hora que adornen el comedor tapices y esculturas que representen flores y ramos; que la vajilla y mantelería también las luzcan; que sean floridos los relieves de las porcelanas y los adornos de las cucharas, bandejas, tenedores y cuchillos; con todo esto y con que las damas que asistan al banquete sean por su belleza verdaderas flores, me conformo y aplaudo. Pero como no juzgo agradable lo de las flores olorosas, conste que voto en contra de colocar junto a cada cubierto un *"bouquet"* que luego adorne el ojal del frac que los hombres visten, o se prenda al cuerpo de las señoras».

Por nuestra parte, nos hacemos solidarios de esta opinión y, además, aconsejaríamos a las damas una gran discreción en el uso de los perfumes personales, ya que el aroma de un civet de liebre no casa con el de Chanel n.º 5. Ya sabemos que esto es muy difícil, pero nos atreveríamos a rogar que, en tal momento, no se usase ningún perfume. Lo decimos pidiendo perdón y con todos nuestros respetos a las señoras.

### *La mesa*

Llegamos a la decoración de la mesa. No es difícil adivinar que es una materia importante, porque, como es sabido, afecta directamente a uno de los tres factores que producen el psiquismo gastronómico, a saber, el gusto, la vista y el olfato. La decoración de la mesa afecta al segundo de estos sentidos: la vista. Sin la satisfacción de este sentido no se produce el placer gastronómico completo. El gusto con que se

decore una mesa revelará, además, la personalidad, la educación y, naturalmente, la sensibilidad de quien lo haga. Esto quiere decir que hay un margen ilimitado para la creación y la fantasía. Sin embargo, existen unas reglas que no deben ser vulneradas. Estas reglas se apoyan solemnemente en la tradición y la civilización.

En primer lugar, la decoración de la mesa debe guardar cierta relación con el *entourage*, con el estilo del comedor. Es una cuestión de matiz, que ha de ser resuelta con sensibilidad, sobre la marcha, y para la cual no existe criterio estable. La mantelería es un elemento muy importante, porque constituye el soporte de la decoración de una buena mesa, y adelantaremos que, por la noche, será, con preferencia, blanca. La vajilla debe tener el mismo estilo que los cubiertos y nunca se superpondrán los platos. Si se trata de una cena, se escogerá una vajilla de porcelana blanca o discretamente decorada, excepto, naturalmente, cuando se trate de una vajilla antigua, pero auténtica.

La cristalería será lo más sobria posible, sin grabados y sin talla alguna; de cristal ligero, transparente, aéreo, que deje perfectamente visible el color del vino. Deben proscribirse las copas de color. La nota de color no la ha de dar la copa sino el vino en toda su magnificencia. La altura del pie debe ser ligeramente inferior a la del recipiente de la copa, y ésta no debe llenarse sino hasta su mitad y, con preferencia, sólo en una tercera parte. La cristalería se colocará ante los platos, empezando por la izquierda y con la copa para el agua, que es siempre la mayor. Respecto al champán hay un problema clásico, muy debatido: ¿copa ancha y baja o larga y estrecha? Como ya hemos anticipado anteriormente, nosotros nos pronunciamos decididamente por esta última, por la sencilla razón de que el champán es esencialmente un vino para ver, es decir, un vino vivo, burbujeante, y su contemplación sólo puede ofrecerla, de manera perfecta, una copa estrecha y alta.

Los cubiertos constituyen las joyas de las mesas. Son el elemento más rico y fastuoso. Deben ordenarse de la siguiente manera: a la izquierda del plato, el tenedor corriente y el de pescado; a la derecha, el cuchillo, con su filo vuelto hacia el plato, así como el que se utiliza para el pescado. Si la comida empieza con una sopa, la cuchara deberá ponerse a la derecha del cuchillo para el pescado. En caso contrario, se reemplazará por el tenedor para las ostras, si las hubiere. *L'art culinaire français* dice que nunca se colocará cubierto alguno entre el plato y el juego de la cristalería.

El centro de la mesa requiere un cuidado especial, y es el lugar apropiado para un alarde de imaginación. Diremos, a título informativo, que pueden colocarse porcelanas, cestas con frutas, figuras antiguas,



flores, etcétera. Cada ama de casa impondrá aquí su sello. Ya sabemos que las flores no deben perturbar uno de los factores gastronómicos, el olfato. Todos los elementos decorativos de una mesa deben ser de un tamaño que no afecte a la visión de los comensales. Pero esto es de sentido común. En una cena elegante no deben faltar tampoco los candelabros; así, la llama de las velas se reflejará en la plata y en la cristalería, y resaltará más el bello color del vino.

De todo lo dicho se infiere la existencia de unas reglas fundamentales que dejan amplio margen a la improvisación y la fantasía. En efecto. Pero no olvidemos que, en esto como en todo, los genios vulneran las reglas. Ellos imponen, a su vez, otras reglas que serán aceptadas por la mayoría. Pero si no somos genios, respetemos reverentemente las reglas.

### *El placer compartido*

Antes de proseguir con nuestro tema, debemos decir una cosa importante o que, por lo menos, nos parece importante. La gastronomía es un arte que nos procura un placer; pero un placer solitario es un placer triste y aburrido, lo cual nos indica que debemos compartirlo. Debemos compartir, para mayor satisfacción, el placer de la buena mesa. De ahí se deduce que la gastronomía es también un arte social.

El arte de la mesa es un arte social, pero no porque nos infunda preocupaciones sociales, como todo el mundo puede comprender. Tampoco lo es en el sentido que se da ahora a esta palabra –«poesía social», «teatro social», «pintura social», «historia social», etcétera–, sino en el que tradicionalmente ha venido ostentando, o sea, el de comunicación y convivencia. En este sentido, todas las artes son sociales, y la gastronomía lo es más que ninguna, porque el campo en el que se desarrolla con mayor esplendor es el campo de la invitación. Suponemos que nadie dudará, ni por un momento, de un arte cuyo carácter social se basa en el hecho magnífico de invitarle a uno a comer.

Escoffier, de quien ya hemos hablado antes, y que fue una de las grandes cimas de la cocina contemporánea, decía que el arte de la mesa es, ante todo, el arte de invitar. Pero esto no es cosa fácil. Reunir a unos invitados y mantenerlos joviales y satisfechos, codo con codo, durante una hora o dos, es muy difícil. Pues no se trata sólo de ofrecer un buen menú y unos buenos vinos. Se trata, también, de que exista y florezca una corriente de simpatía y buen humor; se trata de que surja y se mantenga, sin altibajos, una conversación agradable y amena. Se trata de producir un impacto en la memoria y de que los

amigos se acuerden con nostalgia y agradecimiento de tan feliz ocasión. Se trata simplemente de que el acto de comer se transforme en un rito. Es decir, en algo espiritual.

Los placeres gastronómicos, en su culminativa perfección, deben ser compartidos, porque sólo así nos darán un goce estético. Desgraciadamente, la fórmula social de invitar a los amigos se va debilitando e incluso extinguiendo.

A este respecto, meditemos ahora un poco, lírica e imaginativamente. Pensemos que, entre las preocupaciones y desvelos que los días nos traen una y otra vez, brilla a menudo una lucecita lejana, algo que nos ayuda y nos conforta, que nos saca de nuestra habitual monotonía. Vamos envejeciendo. Sin embargo, esta lucecita tan modesta no es otra cosa que la capacidad de ilusión que hombres y mujeres ponemos en las cosas. No es nada. Puede ser, por ejemplo, haber comprado distraídamente unas entradas para el cine, o decir el marido a su mujer que el sábado por la noche saldrán, con unos amigos, a cenar en un restaurante que se ha puesto de moda. Esto último es muy corriente y en la actualidad constituye uno de los nexos de relación social más importante. Entonces, los ojos femeninos se avivarán, sin duda, y mientras se besa al niño, a punto de irse a la cama, la mujer empezará ya a pensar en la elección del vestido más adecuado para tal ocasión. ¿El negro con la flor roja, o quizás el malva con torerilla, que es más sencillo?

Hoy los hombres casados no suelen salir solos. Los acompaña su mujer. Los matrimonios salen a cenar con otros matrimonios amigos, y esto, que es muy plausible desde todos los puntos de vista, nos hace pensar que el restaurante ha ido desplazando poco a poco la fórmula social de tener invitados en casa. Ahora no se invita casi a nadie, y si el compromiso resulta ineludible para el marido, es aceptado por la mujer, a lo sumo, con resignación. ¿Es que ya no le es grato a la mujer lucirse con las artes que los franceses llaman *ménagers*? ¿Es que ya no halagan a la vanidad femenina los cumplidos de los invitados al alabar las excelencias de su cocina? Naturalmente que sí. Lo que pasa es que no existe la cocina, que ha desaparecido. La idea de lo que es realmente la cocina se ha esfumado en el aire y sólo queda el recuerdo de lo que fuera antaño, cuando cocinaban las mamás y, sobre todo, las pulcras y meticulosas abuelas. La cocina ha desaparecido y sólo queda el restaurante.

Esto es un poco triste. La gente no se reúne ahora en las casas y sólo se invita a tomar café después de la cena. Pero la cordialidad que produce una buena sobremesa, después del desfile de los platos y de los vinos, es insustituible, y el restaurante, por bueno y lujoso que sea, no podrá ofrecer nunca el matiz personalísimo del hogar, la vajilla



heredada, la cristalería que fulge en la penumbra, la plata que los años han ennoblecido. Sin duda, todo ello es un signo de los tiempos, y existe la horrible precipitación con que nos toca vivir, la falta, cada vez más progresiva, de servicio, las complicaciones de todo género que entorpecen la diligencia y el orden de una buena y joven ama de casa. Existe también un factor económico importante: la buena cocina es cara. Pero esto no es de hoy, ha sido así siempre, y ya Ángel Muro, en 1892, consignaba en su acreditado *Diccionario general de cocina* estos dos expresivos refranes:

> Bien guisa la moza,
> pero mejor la bolsa.
>
> En casa llena
> presto se hace la cena.

Los matrimonios van a cenar, por parejas, a los restaurantes. Lo lógico sería que, alguna vez al menos, fueran en busca no ya de la gran cocina inaccesible al bolsillo, pero sí de la cocina entendida como arte. Claro que en esto, como en tantas otras cosas de hoy día, hay una casi total ausencia de imaginación. No se siente el atractivo de la cocina con su punto de misterio, elaborada con la inspiración que los poetas de la mesa pusieron en fórmulas inmarcesibles y ya ilustres. Se come por comer, porque lo precisa nuestra condición de humanos. En realidad, no se sabe comer; se ha ido perdiendo, y cada vez con menos excepciones, el arte de combinar bien un menú.

Pero las fórmulas sociales no son inútiles, porque, aparte de otros importantes motivos, hacen agradable la vida. Debemos abogar por la buena mesa, que no es lo mismo que la cocina lujosa y cara. Muchos restaurantes se verían forzados a elevar el nivel de su cocina, y ya con esto iríamos ganando, positivamente. Si los tiempos nos fuerzan a comer fuera de casa, sepamos al menos celebrar, con espíritu, el rito de las comidas. No sucumbamos al tiempo y a la época; el tiempo y la época serán, en definitiva, y en este aspecto, lo que nosotros nos propongamos que sean.

### *Los invitados y el menú*

Si el placer de la buena mesa se mezcla con el de la conversación y con el de la presencia de personas que nos sean agradables, ¿qué

normas, en consecuencia, deberemos tener en cuenta al invitar a un grupo de amigos?

En primer lugar, que este grupo de amigos tenga cierta homogeneidad. Lo ideal, naturalmente, es que los invitados se conozcan: todo resultará, en tal caso, mucho más espontáneo y agradable, y la conversación no decaerá un solo momento. En este punto impera, también, el sentido común. Sin embargo, no siempre será posible lograr que todos los invitados se conozcan y, entonces, se procurará que, por lo menos, tengan cierta comunidad de ideas y gustos parecidos. Hay que evitar, a toda costa, la posibilidad de que surjan situaciones violentas, y así no invitaremos jamás, al mismo tiempo, a dos personas que se aborrezcan o se odien. No olvidemos que la comida ha de ser un placer, cuanto más refinado y espiritual, mejor; nunca un infierno. Y esto es lo que sería una comida que, aunque cortés en apariencia, fuera un pretexto para la sorna y la burla, o para las más sibilinas frases de doble intención. Una comida así se nos indigestaría en el acto.

Debemos procurar también que el grupo de invitados no sea muy numeroso. Y esto por dos razones. La primera, porque ello constituye una garantía de éxito y acrecentará la intimidad. Así, controlaremos en todo momento la marcha del almuerzo o de la cena y podremos salvar cualquier bache que se produzca. En segundo lugar, aseguraremos el éxito material de lo que se ha cocinado. Una cocina para pocos es más fácil de dominar que una cocina para muchos. Este precepto lo conocen perfectamente todas las amas de casa.

Al cursar nuestra invitación es norma inexcusable indicar con quiénes se va a comer. Es decir, hay que revelar la personalidad de los otros invitados, por aquello que hemos dicho antes de no hacer coincidir a personas de caracteres incompatibles. De esta forma, siempre se da una oportunidad elegante para declinar la invitación o para buscar un pretexto correcto.

Una vez hecha la invitación hay que combinar el menú. El menú, que es una cosa importantísima, básica, lo único que realmente no se puede escamotear a los invitados, debe hacerse siempre de acuerdo con los gustos de la mayoría de los mismos, porque no debemos olvidar que los invitamos a un placer, no a un experimento extraño. Según Pomiane, se sintetizará, en un plato escogido, el gusto de la mayoría. Todo lo que le precede debe ser como una preparación de nuestros sentidos, para la degustación de este plato escogido. Todo lo que venga después deberá atenuar, simplemente, nuestras sensaciones. De ahí se deduce otra regla básica: en todo menú habrá un punto culminante, álgido, inconmovible.



Durante el ágape, si ha gustado un plato, debemos decirlo, debemos expresar nuestro entusiasmo; esto producirá gran contento al anfitrión o al ama de casa. No olvidemos, y esto es de sentido común, que repetir de un plato es el mejor elogio que puede hacerse del mismo. Daremos una satisfacción vivísima al que nos ha invitado. Otra regla que tendremos siempre en cuenta es la de no mentar jamás las excelencias de otra mesa. Esto, aparte de inoportuno, es también indelicado.

En la mesa, la distribución de los invitados señalará el orden del servicio, ya que siempre ha de servirse primero a las damas. En la edición de *L'art culinaire français* se dice que los dueños de la casa se colocarán frente a frente en el centro de la mesa. La señora colocará a su derecha al invitado más importante. El dueño de la casa hará lo mismo con la más importante de sus invitadas; luego, colocarán al lado izquierdo a los que vengan en segundo lugar y así irán colocando, sucesivamente y en orden decreciente, a los demás invitados. Se alternarán, naturalmente, los invitados de uno y otro sexo y las mujeres casadas ostentarán el mismo rango que el esposo. Los extremos de la mesa son los puntos menos valorados en esta jerarquía, y se reservarán a los familiares y a la gente joven. Es, naturalmente, muy difícil evitar resquemores y secretos disgustos de los que se sienten postergados, pero es imposible poner a todo el mundo en los lugares de honor. Una variante de este sistema es colocarse los dueños en los extremos de la mesa. Y claro es, existe también la solución de colocarse sin ceremonial.

Llegamos a este punto, y como colofón a esta materia, vamos a relacionar algunos menús del siglo XIX, realmente divertidos. En el tiempo de nuestros abuelos, abundaban el regocijo y el buen humor.

El día 29 de octubre de 1892, el marqués de Dílar obsequió en Granada a varios de sus amigos con una comida cuyo menú estaba redactado, en árabe, por el filólogo Leopoldo Eguilaz. Decía lo siguiente:

*ALAXIA*
[Comida]
*Xorba*
[Sopa]
*Makla*
[Paella]
*Pokota min marca albaida*
[Pescado en salsa blanca]

y continuaba de esta forma hasta llegar al café y los licores.

En enero de 1894 hubo en Cádiz un almuerzo cuyo menú, bellamente estampado, rezaba:

IENTACULUM
*Ostreae*
*Ovorum fricta tortula*
*Oryza: lautus cibus*
*Pisces: olei et ovi salsamentum*
*Avis Maleagra vulgo pavogallus*

y así llegaba hasta los postres.

El 11 de marzo de 1882, día de cuaresma, dieron los ingenieros de La Habana un gran convite en obsequio del general de dicha arma. El comandante hizo imprimir en la lista el párrafo siguiente:

EXTRACTO DE LA BULA DE LA SANTA CRUZADA

«Los militares súbditos españoles que constituyen tropa activa, pueden lícitamente comer lacticinios, carnes saludables y promiscuar en una misma comida, exceptuando, respecto a las carnes, los siete viernes de cuaresma y el miércoles, jueves y sábado santo. Los familiares, criados y comensales pueden usar de los mismos privilegios».

En 1860, el dueño de una fábrica de azulejos situada en San Vicente de la Roqueta (Valencia) dio una comida en dicho edificio, y en la primera página del menú se leían estos versos:

BILLETE DE CONVITE
La presente papeleta
participa en confianza
que no llenará la panza
el que vista de etiqueta.

Llevarán los convidados,
como medida prudente,
el estómago corriente
y los dientes afilados.

Aceptad estos consejos,
pues quien no siga su huella,
en vez de comer paella,
sólo comerá azulejos.



Sin embargo, en nuestra opinión, se lleva la palma el banquete que a principios del año 1893 se dio a Santiago Rusiñol, con motivo de una conferencia que había dado en el Ateneo Barcelonés. El menú fue redactado, por Pompeyo Gener, en catalán medieval y fue impreso en L'Avenç, Ronda de la Universidad, 4. Dice así:

*«Gran àpat lemosí que alcuns ciutadans onrats e gays fadrins de la comtal Ciutat de Barchelona donen al Gran Ferroveilaire e Pintor prehuat Mestre Jacme Russinyol ab motiu daver feyt forta xerradira e rahonament de gran pes del Ferres, ventanyoles, claus, payns, forreylats e picaportes, que lo dit avía en son cauferrat e gran scamail ne fue a tayl de nova fira de Beylcaire en Latheneu de la ciutat nostra lo xxi iorn del mes de Janer del ayn de la nativitat del Senyor Deus Sanct Jesus Christ 1893».*

Acto seguido, empieza la lista en verso:

*AÇO ES LA FARTANERA*
*Anroues, raures, apit e oliuetes,*
*langoniça de Uich e altres...*

*Arroç ab peixos, cipies, pops, petrines*
*e tomaquet e ayls e taylerines,*

*caragols cuyts a la peterreylada*
*e muscles per aiceyls qui açó no agrade.*

*Lom de porch e salcitges ab fesols*
*per fer un sostre mort als caragols.*

*Ametles, figues seques, pets de monja,*
*formatges, pances, nous e alcuna tronja.*

*Vin negre daiceiyl fort, del Priorat,*
*e vin francés ab quis agafe el gat.*

*Café amb rom e tabachs, e bon profit,*
*E Deus sia lohat e benehit.*

AMEN.

En el supuesto, siempre muy agradable, de aceptar una invitación para asistir a una comida, ¿a qué hora presentarnos? ¿Debemos ser escrupulosamente puntuales o, por el contrario, es admisible un cierto retraso? Decimos esto porque, en la actualidad, casi todo el mundo se retrasa, y acabamos preguntándonos si no será de buen tono y muy elegante.

La verdad es que se trata de una cuestión debatida ya de antiguo. Precisamente fue objeto de unas cartas abiertas, aparecidas en los periódicos en 1893, cruzadas entre don Carlos Ossorio y Gallardo y el célebre Doctor Thebussem. El primero preguntaba si debe acudirse a un convite antes de la hora, a la hora o después de la hora fijada, y esperaba la contestación del Doctor Thebussem, reputado entonces como la primera autoridad en la materia. La contestación no se hizo esperar. Esta carta se halla recogida en la obra titulada *Tercera ración de artículos del Doctor Thebussem,* publicada en Madrid en el año 1898 y hoy totalmente inencontrable.

El Doctor Thebussem, aparte de ser un gran erudito y «Cartero Honorario Mayor del Reino», cosa a primera vista un poco insólita, era también un gran humorista, y su carta está escrita con mucha gracia. Dice así:

«Mi señor y dueño:

»He leído la carta con que V.M. me favorece, y en la cual me pide opinión sobre la hora a que debe asistirse a comer en la casa donde nos han invitado.

»Usted pregunta si debe ser antes de la hora, a la hora, o después de la hora. Claro es que del caso fortuito nadie responde, y que ni el muerto ni el estropeado deben asistir a la cita. Y si es notoria la falta de atención que envolvería decir a la visita inesperada "Dispense Vd. que le deje por ser mi hora de casino, de billar o de teatro", lo que soy yo, nunca he tenido reparo en manifestar "que me esperan a comer", que voy a misa o que el tren donde marcho no aguarda a los viajeros que se retrasan. Nadie se ha mostrado quejoso al escuchar semejantes disculpas.

»El célebre y discretísimo conde de Villacreces escribió en sus *Indirectas aforísticas* que "el faltar a una cita aceptada es un insulto; y el disculparse con un *se me pasó* es un nuevo insulto expresado en lenguaje de gente ordinaria".

»En España era tan vulgar y frecuente la falta de exactitud, que entre los méritos del rey Carlos III señalan sus biógrafos el de ser puntualísimo a sus citas y actos de corte.



»Juzgan aún de buen tono algunos españoles llegar a la mesa redonda del hotel a mitad de la comida o entrar en el teatro cuando empieza el acto segundo de la ópera o comedia. Si esto se hace intencionadamente, nadie negará que es un buen tono de tontería de tomo y lomo.

»Opino que retardar la asistencia a un convite es no sólo desairar al dueño de la casa y a los asistentes que nos esperan, sino que es también, como V.M. dice, "una falta de atención imperdonable". Bien es verdad que ni V.M. ni yo ponemos nada de nuestra cosecha: nos conformamos con la sentencia axiomática del gran Brillat-Savarin. Recuerde V.M. que en sus portentosos aforismos (XVI y XVII), base eterna de la gastronomía, consigna que "la cualidad más necesaria en el invitado es la exactitud; y que esperar por largo tiempo al que se retrasa, demuestra tener poca consideración a los que se hallan presentes".

»Mi regla, y con ella me ha ido a las mil maravillas, es llegar a la casa "seis u ocho minutos" antes de la hora marcada. Para estos casos sirven los relojes y los cálculos de las distancias. Los ingleses, que son tan prácticos en todas sus cosas de la vida, acostumbran a poner en algunas de sus invitaciones que se "comerá después de la siete y antes de las siete y media". Con este tan hermoso "blanco" de veintinueve minutos es casi imposible errar el "tiro". ¡Bien por los ingleses!».

Y con esta exclamación termina su carta el Doctor Thebussem.

Otra pregunta que podríamos hacer es: ¿a qué hora debe uno despedirse?, ¿a qué hora se debe salir de un banquete?

Es ésta una cuestión difícil, que depende enteramente del grado de discreción de las personas. En la carta transcrita anteriormente, el Doctor Thebussem hacía referencia a este problema irresoluble. El asunto, desde luego, no quedaba claro; y no quedaba claro porque no se trataba de dilucidar la duración del acto del yantar sino el de la sobremesa, que es cosa distinta. El mismo Doctor Thebussem quedaba un poco perplejo.

«Con respecto a lo que V.M. indica de que asistiendo a la hora en punto parece que se esquiva la "conversación amable de los hombres", le diré a V.M. que los prólogos de las comidas suelen ser siempre sosos, silenciosos y ceremoniosos. Recuerde V.M. los

mejores discursos de don Quijote: habló de la edad de oro, "después que hubo bien satisfecho su estómago"; de las armas y las letras, luego que "cené con mucho contento"; de la poesía, al disfrutar de la comida "limpia, abundante y sabrosa" de don Diego de Miranda y hasta su célebre respuesta que dio el eclesiástico reprensor, fue a los postres de la "rica mesa" de los duques. Creo, por lo tanto, que la conversación y la parte espiritual de la comida, no se halla al principio, sino al final del banquete.

»El final del banquete. Este sí que es para mí problema irresoluble y sobre el cual estimaría una sentencia dictada por V.M. Cuando asisto por vez primera a casa cuyas costumbres desconozco y me pregunta el cochero la hora de volver... me quedo siempre irresoluto y perplejo para contestar.

»La última vez que estuve a comer en la morada a que V.M. alude, calle de las Fuentes, número 9, o sea la de mi querido don Luis Vidart, entré a las siete de la tarde y salí a las dos de la mañana, y las horas se deslizaron como minutos, gracias a la finura y amenidad de los dueños y a que los convidados no eran ranas. Lo apacible de la noche y la buena situación de la casa me hicieron despedir al carruaje. ¿Quiere V.M. decirme lo que hubiera sido del cochero y de las yeguas si les doy un plantón con tiempo frío y lluvioso, desde la diez de la noche hasta las dos de la madrugada?

»Opinaba mi querido e inolvidable amigo Miguel de los Santos Álvarez, al hablar de las conquistas amorosas, que el ingreso en ellas era lo más fácil y sencillo... y la salida lo más difícil y escabroso del mundo...

»No pretendo establecer símiles ni comparaciones: lo que hago es presentar a V.M. la interrogación siguiente: ¿a las cuántas horas de la entrada se debe citar el coche para la salida de un convite?

»Sospecho que en la respuesta debe haber mucho de "distingo" y mucho de "según conforme". Y como de la discusión (cuando no va enderezada a quedarse a obscuras) sale la luz, en la bondadosa discreción de V.M. busca luces su atento amigo, el Doctor Thebussem».

Así termina la carta de este erudito escritor. Claro es que los problemas a que alude hoy no tienen apenas vigencia, porque ha desaparecido ya ese mundo de cocheros y simones, relegados como están a la pura escenografía del sainete. Hoy, casi todos los invitados van en coche propio y, en el peor de los casos, existen los taxis, que a las horas de que se trata no son difíciles de localizar. Asistamos, pues, a



un banquete, obrando con discreción, sin preocuparnos de la hora de marcharse. Todo dependerá, naturalmente, de la hora a que debamos levantarnos el día siguiente.

### *La cocina y los pueblos*

La cocina es un producto de la idiosincrasia de los pueblos y se podría incluso escribir un libro cuyo título fuera: *La cocina y los pueblos.*

La condesa de Pardo Bazán, en su libro *La cocina española antigua,* escribe:

«La cocina es uno de los documentos etnográficos importantes. Espronceda caracteriza al cosaco del desierto por la sangrienta ración de carne cruda que hervía bajo la silla de su caballo, y yo diré que la alimentación revela lo que acaso no descubren otras indagaciones de carácter oficialmente científico. Los espartanos concentraron su estoicismo y su energía en el burete o bodrio, y la decadencia romana se señaló por la glotonería de los monstruosos banquetes. Cada época de la historia modifica el fogón, y cada pueblo come según su alma, antes tal vez que según su estómago. Hay platos de nuestra cocina nacional que no son menos curiosos ni menos históricos que una medalla, un arma o un sepulcro».

Esto es cierto. Pero también hay otra verdad: el clima. El régimen alimenticio de los hombres depende casi únicamente del clima en que viven. Las condiciones meteorológicas influyen, en una misma región, y de una manera absoluta, sobre la fauna y la flora, origen, como sabemos, de nuestros alimentos. También la temperatura media de un país crea las costumbres de sus habitantes y, en particular, su manera de alimentarse. El conjunto de fórmulas para preparar los alimentos y la tradición transmitida de padres a hijos constituyen la cocina de un pueblo, su cocina nacional.

Sin embargo, hay tratadistas que opinan que la cocina tiene un origen religioso. El ilustre Julio Camba, hombre con un conocimiento prodigioso y perfecto de las distintas cocinas que se hacen en el mundo, escribió en *La casa de Lúculo* una brillante página sosteniendo esta tesis. Decía Camba:

«En realidad, todas las cocinas han tenido un origen religioso, y el más modesto matarife de los que, aquí o en Chicago, y directa o

indirectamente, abaten reses para nuestro consumo, desciende en línea recta de aquellos sacerdotes que las sacrificaban a la divinidad. Durante mucho tiempo, los antiguos germanos estuvieron sacrificando caballos en honor del dios Odín, porque el caballo era, en su concepto, el más noble de todos los animales. Gregorio III prohibió un día estos sacrificios en nombre de la religión católica, y de aquí la aversión que actualmente nos inspira a todos la hipofagia. Es una aversión de carácter evidentemente religioso, como la que el moro y el judío sienten por la carne de cerdo. Los chinos no participan de ella, y sus asados de caballo cebón siguen constituyendo la delicia de los mandarines. Por lo que respecta a la degollación de vacas y bueyes, todavía hoy es un rabino de luengas barbas quien la ejecuta en Berlín para los hijos de Israel, pronunciando estas palabras de ofrenda al tiempo de levantar el cuchillo: "¡Sea este sacrificio hecho por mí a fin de obtener tu bendición, oh, Dios, rey del mundo...!"».

De todo ello se infiere que estos factores se integran en la civilización. La civilización crea la cocina. Todas las cocinas de Europa tienen un origen común: Oriente. La cocina vino con la civilización; después, siguió sus grandes corrientes. Más tarde se produjo un estancamiento, y con la Edad Media se pusieron las bases de las cocinas nacionales. Sin embargo, con el incremento de las comunicaciones se llegó al conocimiento mutuo y progresivo de los pueblos, y con este conocimiento se infiltraron las recetas culinarias extranjeras. Estas recetas fueron adaptadas por cada pueblo con resultados diferentes y, a veces, sorprendentes. Ello explica que, como en el folclore, existan platos que, con ligeras variantes, se repitan en distintos países.

También se ha observado que los pueblos viejos, fatigados, son los que tienen las mejores cocinas y los pueblos jóvenes, las peores. Ello es muy lógico, pues los pueblos viejos se hallan en posesión de un cierto lujo espiritual, producto de la civilización, y han acumulado una gran capacidad de refinamiento; en cambio, en los jóvenes, sus experiencias se vuelcan en lo inmediato y no tienen paciencia. Ocurre como con las personas. El hombre hecho, maduro, es exigente respecto a lo que come y necesita incentivos gastronómicos para despertar su apetito. Los niños y, en general, los jóvenes, comen sin discriminación, porque, en realidad, no se trata, en su caso, de apetito, sino de un impulso fisiológico más contundente y primario: el hambre. Apetito y hambre son dos cosas distintas, aunque no se excluyen. El tantas veces citado Brillat-Savarin ha escrito páginas perfectas y profundas sobre ambos conceptos.



Es sabido, asimismo, que de todos los pueblos viejos los que tienen mejores cocinas son los de la ribera del Mediterráneo, no porque sean herederos de la tradición grecolatina e inspiren sus recetas en el *Libro de Apicio,* pongamos por caso, sino porque están más dotados para la creación artística y tienen excelentes facultades imaginativas. Sin estas facultades, sabemos que no hay misterios ni, por tanto, creación artística. Todo ello confirma lo que dijimos al principio y hemos desarrollado en el curso de estos principios generales del gusto. Es decir, que la cocina es, entre otras cosas, un arte.

# Evolución histórica de la cocina española

# La cocina

### *Cocina hispanorromana y visigoda*

Apenas sabemos nada acerca de cómo se guisaba en la España anterior a la dominación romana. Con las legiones de Escipión penetraron en ella los conceptos culinarios de Roma -representados de modo sublime en *De re coquinaria,* de Apicio Celio- y dos aportaciones materiales realmente fundamentales: el ajo y el aceite de oliva. El gaditano Columela, en su obra *Los doce libros de Agricultura,* escribió también sobre temas de cocina y expuso las beneficiosas propiedades del aceite.

Sin embargo, el libro fundamental en este periodo es, como ya hemos dicho, el *Libro de Apicio,* pues también así se conoce el *De re coquinaria.* Apicio fue un excelente gastrónomo que vivió en los tiempos del emperador Tiberio, y cuéntase que era un apasionado de los cangrejos y que, al comerlos, entornaba los ojos y masticaba con morosidad. Inventó, entre otras cosas, un procedimiento para conservar las ostras *(Ostrea ut diu durent),* la *sala cattobia apiciana* (especie de galantina), la *patina apiciana* (especie de bollos rellenos) y las *ofellas apicianas,* que eran algo así como las *paupiettes* de cerdo.

El tratado de Apicio consta de diez libros cuyos títulos están en griego. Estos libros son:

I *Epimeles.* Reglas culinarias, remedios, caseros, especias.
II *Artoptus.* Estofados, picados, etcétera.
III *Cepuros.* Hierbas que sirven para cocinar.
IV *Pandecter.* Generalidades.
V *Osprion.* De las verduras.
VI *Tropherter.* De las aves.
VII *Polyteles.* Excesos y exquisiteces.
VIII *Tetrapus.* De los cuadrúpedos.
IX *Thalassa.* Del mar.
X *Halieus vel halieuticon.* Del pescado y sus variedades.

A los romanos les gustaban las comidas fuertes, violentas (y a los hispanorromanos es de suponer que también) y especiaban sin ton ni son sus guisos. Un ejemplo es la *patina quotidiana,* comida para un día ordinario de la semana. La receta apiciana es la siguiente: hágase una pasta de sesos previamente cocidos y sazónese con pimienta, cominos, extracto de especias, caldo, vino cocido, leche y huevos. Se cuece al baño María o a fuego lento. No sabemos cómo se servía esta pasta. Apicio no lo dice.

Abundaron los banquetes pantagruélicos, y nuestro amigo, el erudito latinista Eduardo Valenti, nos comunicó uno, citado por Macrobio en su libro III de las *Saturnales* y ofrecido a Quintus Caecilius Metellus Pius, que luchó en España contra Sertorio desde el año 79 al 72 antes de Cristo y a quien se atribuye la fundación de Medellín (Metellinum) y de Cáceres (Castra Caecilii). En este banquete corrió mucho el vino, única manera de poder degustar los casi treinta platos de que constaba, y entre los cuales figuraban –¿cómo no?– las ostras (crudas y en cazuela), las almejas, las ortigas y erizos de mar, las conchas de púrpura, los tordos sobre un fondo de espárragos, las empanadas de gallina, la cabeza de jabalí, las liebres, los patos, el cerdo, etcétera. El orden del menú –que dejamos en latín– era el siguiente:

*ANTE CENAM*

*echinos*
[erizos de mar]
*ostreas crudas quantum vellent*
[ostras crudas a discreción]
*peloridas*
[¿almejas?]
*sphondilos*
[marisco no identificado]
*turdum asparagos subtus*
[tordos sobre fondo de espárragos]
*gallinam altilem*
[gallina cebada]
*patinam ostrearum peloridum*
[cazuela de ostras]
*balanos nigros*
[bellotas de mar negras]
*balanos albos*
[bellotas de mar blancas]
*iterum sphondilos*
[un segundo plato de este marisco]
*glycomaridas*
[especie de ostras]
*urticas*
[ortigas de mar]
*ficedulas*
[papahigos]
*lumbus capruginos*
[lomo de cabra]
*lumbus aprugnos*
[lomo de jabalí]
*altilia ex farina involuta*
[empanadas de gallina]
*ficedulas*
*murices et purpuras*
[conchas de púrpura]

*IN CENA*

*sumina*
[tetas de cochina]
*sinciput aprugnum*
[cabeza de jabalí]
*patinara piscium*
[cazuela de pescado]
*patinam suminis*
[tetas de cochina en cazuela]
*anates*
[patos]
*querquedulas elixas*
[cercetas cocidas]
*lepores*
[liebres]
*altilia assa*
[volátiles asados]
*amulum*
[crema de fécula]
*panes Picentes*
[panes del Picenum: pasteles de sémola que se mojaban en la leche]

La cocina romana subsistió, en parte, después de las invasiones. Todos sabemos perfectamente que las invasiones que sufrió el Imperio

no fueron en modo alguno, en términos generales, una cosa brusca e inesperada, sino que se realizaron al compás de la progresiva decadencia romana. Algunas veces, la irrupción fue violenta, pero siempre los invasores asimilaban algo de los vencidos, cuya civilización les deslumbraba, y así, en todos los territorios ocupados, los bárbaros acomodaron sus costumbres y sus gustos a los del país romanizado, pero impregnándolos de rusticidad y primitivismo. En la España visigoda, san Fructuoso, en el capítulo V de la *Regula monachorum,* habla de carnes, pescados y verduras, pero, en realidad, lo poco que sabemos de la cocina de estos nebulosos tiempos lo debemos a lo consignado en las *Etimologías* de san Isidoro. Como es sabido, las *Etimologías* representan el compendio del saber de toda una época, y el mundo cristiano de la Alta Edad Media vivió, durante largo tiempo, de las enseñanzas de este libro escrito en el siglo VII. En él se habla de todo: de cosas prácticas, de leyes, de medicina, de los oficios eclesiásticos, de los ángeles, de las matemáticas, de la retórica y la dialéctica, etcétera.

Sin embargo, hay que tener presente que los veinte libros de los *Orígenes* o *Etimologías* que escribió san Isidoro de Sevilla fueron redactados en una época en la que lo científico se confundía con lo fabuloso, y así vemos que habla de entes inexistentes –grifos, dragones, gigantes, cinocéfalos, cíclopes...– como si realmente existiesen. Por ejemplo: san Isidoro nos describe en el libro XI a los *sciopodos.* Dice que «están en Etiopía y que son admirables por sus piernas y la celeridad de su carrera; los griegos les dan el nombre de *"skiópodos"*, porque en verano, acostados en posición supina, sobre la tierra, se dan sombra con la planta de los pies, por la excesiva longitud de los mismos».

San Isidoro, en el libro XX y último de las *Etimologías,* habla de la cocina y de los utensilios para cocinar, como calderos, ollas, sartenes, etcétera. Habla también del comedor y de las alacenas, aparadores y despensas, y después examina las clases de vasos, ya sean para agua o para vino, así como los recipientes en que se debe guardar el aceite o bien el vino.

Examina las comidas y nos define el pan, relacionando sus clases. Viene luego la carne y el modo de guisarla en sus cuatro modalidades básicas: asada, cocida, frita o en salsa. Habla también de la leche y de lo que se puede sacar de ella: requesones, quesos, etcétera. Sigue con la miel, con el caldo, en latín *ius* («derecho», «ley»), así llamado por los maestros de cocina porque «es la ley del condimento».



El padre Arévalo, comentarista de san Isidoro, citado por Luis Cortés y Góngora, diserta sobre las comidas de esta época. Llamaban *prandium* a la comida que tomaban por la mañana; *coena,* a la del mediodía, y *vesperna* a la que tomaban a la hora de vísperas; pero, cambiadas las costumbres, se alteró también el curso de las comidas, de tal modo que la primera –que era, por tanto, el quebranto del ayuno– se llamó *ientaculum;* luego, próximo al mediodía, se tomaba el *prandium;* después del mediodía se comía la *merenda* (merienda) y, por último, la *coena,* que se tomaba a la caída de la tarde, después de vísperas.

Pasa revista a las variedades del vino: tinto, blanco, de pasa, mosto, etcétera. Habla del «vino de honor», que se daba a los reyes y príncipes, y otras bebidas como la cerveza, sicera e hidromiel. Examina la vajilla, ya sea de barro cocido, ya de plata y oro cincelados, en las cuales hay que considerar –dice san Isidoro– las tres cosas que le dan valor, a saber: la mano del artista que la cincela, el peso del oro o plata y el brillo del metal.

### *Cocina arábiga y cristiana de la Edad Media*

Afirma don Dionisio Pérez, conocido también por el seudónimo Post-Thebussem y gloria de la gastronomía española, que «así como España había dado a Roma sabores nuevos, con muchas de sus plantas odoríferas, de sus hortalizas y de sus frutos indígenas, la invasión de los árabes trajo a España no sólo nuevos modos de guisar, sino condimentos procedentes de Persia y de la India, que aquí se desconocían». Añade un poco más adelante:

> «La verdad probada es que los cruzados, cuando regresaron, trajeron a Sicilia e Italia los primeros naranjos y limoneros, pero, en España, hacía ya casi dos siglos que se cultivaban. Y otro hecho probado es el de que hasta el siglo XVI no se extendió en Provenza el cultivo del naranjo. El naranjo dulce vino más tarde de China, traído por los portugueses. Los árabes trajeron también el azafrán, que encontró en el suelo español zonas admirables para su cultivo; trajeron la nuez moscada, que Avicena llama "jiansiban" o "jansivan", que significaba en árabe "nuez de banda"; trajeron la pimienta negra, que los romanos no utilizaron y que sus botánicos citan sólo de referencias. Y, sobre todo, trajeron la caña de azúcar y el azúcar, antes que se conocieran y produjeran en las islas de Rodas, Chipre, Creta y Sicilia, bien avanzado ya el siglo IX».

Se conocen algunos libros árabes de cocina, gracias a los trabajos de Rodinson y de Levi-Provençal. Granja-Santamaría ha divulgado *Relieves de la mesa, sobre manjares y guisos,* libro atribuido a Ibn Razin, natural de al-Andalus. Claudio Sánchez Albornoz, en su *España musulmana,* nos da unos textos de Abu Zakariyya ibn al-Awwam, agricultor sevillano de finales del siglo XII, que a veces usa fórmulas misteriosas; por ejemplo, cuando dice que mezclando semilla de berza con semilla de nabo, conservándolas juntas tres meses o más y luego de sembradas, de todas ellas sólo nacerán los nabos. También los poetas fueron, al parecer, gastrónomos, y Ben Al-Talla canta delicadamente a la deliciosa alcachofa en estos términos:

LA ALCACHOFA

«Hija del agua y de la tierra, su abundancia se ofrece, a quien la espera, encerrada en un castillo de avaricia.

»Parece, por su blancura y por lo inaccesible de su refugio, una virgen griega escondida entre un velo de lanzas».

No diremos nada de los poetas que cantan al vino, porque son muchedumbre, y el tema es tradicional en la literatura arábiga.

De la misma manera que la cocina de al-Andalus debió de estar influida y modificada por la de los mozárabes, es evidente que los cristianos del norte sufrieron con igual intensidad la influencia de la de los árabes y mudéjares. Por regla general, se debía de comer copiosamente y de ello dan testimonio las *Partidas* de Alfonso X el Sabio, que recomiendan templanza en los manjares y bebidas, y dicen «que los perlados deuen ser mesurados en el comer, e en el beuer», y añade significativamente que «el comer demás es vedado a todo ome, e mayormente al Perlado, porque la castidad no se puede bien guardar con muchos comeres e grandes vicios y que non conviene que aquellos que han de predicar la pobreza, e la cuyta que sufrió nuestro Señor, que la fagan con las fazes bermejas, comiendo e beviendo mucho». (P.I.T. V, Ley XXXVI.)

Pero eran tiempos difíciles aquellos, y había que hacer provisión para el sustento; así, Ramón de Abadal, en *Els primers comtes catalans,* nos dice, refiriéndose a los primeros tiempos de la reconquista, que el monasterio de Cuixá contaba con quinientas ovejas, cien vacas, cincuenta yeguas y cuarenta puercos.

Si queremos dar una ojeada al repertorio gastronómico de esta época, nada más fácil y sugestivo que acudir al Arcipreste de Hita y ver cuál era el ejército de don Carnal en su batalla contra doña Cuaresma. Don Carnal dispuso así el ejército:



Pusso en la delantera muchos buenos peones:
Gallynas é perdiçes, conejos e capones,
Anades é navancos é gordos anssarones:
Fazían su alardo çerca de los tysones.

Estos trayan lanças de peón delantero:
Espetos muy cunplidos de fierro é de madero,
Escudávanse todos con el grand'tajadero:
En la buena yantar questos vienen primero.

En pos los escudados están los vallesteros:
Los ánssares, ceçinas, costados de carneros,
Piernas de puerco fresco, los jamones enteros.
Luego en pos de estos estan los cavalleros:

Las puestas de la vaca, lechones é cabritos
Ally andan saltando é dando grandes gritos.
Luego los escuderos: muchos quesuelos fritos,
que dan de las espuelas é los vinos byen tyntos.

Venie una mesnada rica de infançones:
Muchos de faysanes, los loçanos pavones
Venien muy bien garnidos, enfiestos los pendones,
Trayan armas estrañas e fuertes garniçiones.

Pero el ejército de doña Cuaresma tenía una gran acometividad:

El primero de todos, que ferió a don Carnal,
Fue el puerro cuelloalvo e feriólo muy mal:
Fizole escupir flema, esto fue grand'señal:
Tovo doña Cuaresma que suyo era'l real.

Vino luego en ayuda la salada sardina:
Ferió muy reciamente a la gruesa gallyna,
Atravesós'l en el pyco e afogóla ayna,
Después de don Carnal falsó la capllyna.

Venieron las grandes mielgas en esta delantera,
Los verdeles e sibias guardan la costanera:
Buelta es la pelea de muy mala manera,
Caye de cada cabo mucha buena mollera.

De parte de Valençia venían las angiellas
Salpresas é trechadas a grandes manadiellas
Davan a don Carnal por medio de las costiellas
Las truchas de Alberche dávanle en las masiellas.

Andava y el atún como un bravo león:
Fallós con don Toçino, díxol' mucho baldón;
Sy non por la Ceçina, que l' desvió el pendón,
Diérale a don Lardo por medio del coraçón.

De parte de Bayona venían muchos caçones:
Mataron las perdizes, castraron los capones,
Del río de Henares venían los camarones;
Fasta en Guadalquivir ponen sus tendejones.

El poema, desde luego, continúa, pero dejemos a los dos ejércitos que se las compongan como puedan y nosotros sigamos adelante pacíficamente. Advirtamos, sin embargo, que las noticias gastronómicas del *Libro del Buen Amor* son interesantes no sólo por la relación de los animales comestibles, sino también por la localización geográfica de los mismos.

Todos estos «faysanes» o «ceçinas», «sibias» y «angiellas», sólo podían ser comidas, sin embargo, de mano de otro cristiano o de moro, pero jamás de judío, que eran reputados, en aquel tiempo, de gente que apestaba, y así una Pragmática de la reina Catalina, gobernadora del reino durante la minoridad de Juan II, citada por Amador de los Ríos, establecía que «ningún judío nin judía... les embien [a los cristianos] presentes de fogaldres [pastas], nin de espeçias, nin de pan cozido, nin de vino, nin de aves muertas, nin de otras carnes muertas, nin que sean de comer de pescado muerto, nin de otras frutas, nin de otras cosas muertas que sean de comer».

En lo que respecta a la Baja Edad Media, diremos que hubo bastante actividad en lo referente a la literatura propiamente gastronómica. Era una época extraña, ruda y, al mismo tiempo, delicada, animada por los más altos ideales caballerescos y por el afiligranado «amor cortés». Se escribió una extraordinaria poesía, es cierto, y muy elevada, pero también se dejó constancia de los productos del puchero, y ello con especial minuciosidad.

El libro de cocina más antiguo que se conoce es el *Llibre de doctrina per a ben servir de tallar i del art de coch,* del catalán Rupert de Nola, seguramente cocinero de Alfonso V el Magnánimo. Torres Amat, en



su célebre *Diccionario de escritores catalanes,* habla de una edición hecha en Toledo en el año 1477, que seguramente se ha perdido. La edición más antigua que se conoce es la realizada en Barcelona, por Carles Amorós, en 1520, de la que existe un ejemplar en la Biblioteca Central de dicha ciudad. Esta obra, escrita originariamente en catalán, fue traducida al castellano con el título de *Libro de guisados, manjares y potajes* y la edición más antigua es la de 1525. Posteriormente se hicieron muchísimas ediciones, y se ha podido decir que en esto superó inicialmente al *Quijote.*

Sigue especiándose abundantemente y se come de forma cumulativa. Sin embargo, entresacamos dos recetas dietéticas de Rupert de Nola, escogidas por el doctor Gabriel Sánchez de la Cuesta en su libro *Discurso del buen comer andaluz.*

ALMENDRAS PARA DOLIENTES QUE TIENEN GRAN CALENTURA Y GRANDES ARDORES

«Cocer una calabaza muy tierna con agua y sal y después exprimirla entre dos tajadores o platos de plata, hasta que salga el agua dellas y vaciar la agua en que fueron cocidas; e irles echando, poco a poco, leche de almendras y meneando siempre con un palo o cuchara hasta que esté espesa y muy deshecha la calabaza y echarle media onza de azúcar trayéndolo siempre y échele una poca de agua rosada para confortar el corazón.»

PARA LOS ENFERMOS QUE HAN PERDIDO LA GANA DE COMER

«Toma cuantas guindas quisieres y pónlas en una caza al fuego, y echarás agua de sí, y déjalas cocer en esta agua hasta que se tornen muy tiernas y parezcan blancas; y después echa a mal aquella agua suya en que se cocieron; después toma un cedazo de cerdas muy ralo, que se pueda colar y fregarlas tanto con las manos que pasen todas. Después toma para cada una libra destas guindas, así preparadas, media libra de azúcar y mézclalo en su caza al fuego manso; siempre trayéndolo con una caña hasta que sean cocidas; y después apártala y pon este letuario [eletuario, verdadera mermelada española ya en el siglo XV, según el doctor Sánchez de la Cuesta] en vaso vidriado bien tapado; puedes si quieres poner algún clavo y un poco de canela en él.»

Otro célebre libro de cocina española es el *Arte cisoria o de cortar con el cuchillo,* del extraño y enigmático Marqués de Villena, contemporáneo de Rupert de Nola. La obra de Enrique de Villena no se publicó, sin

embargo, hasta el año 1766, por la Biblioteca del Escorial; en 1879 se reeditó en Barcelona. Cabe citar también el *Libro del arte de cozina,* de Diego Grande, publicado en Madrid por Luis Sánchez, en 1599. Existen también referencias de dos libros catalanes medievales: el *Llivre de Sant Soui,* debido a Pere Felip, del siglo XII, y el *Llivre del ventre,* del convento de Ripoll (siglo XIV).

En cuanto a la forma de comer, Jorge Rubió y Balaguer nos da noticias muy curiosas en su libro *Vida española en la época gótica.* Dice Jorge Rubió que las mesas eran de quita y pon, cosa explicable puesto que los grandes banquetes, como ocurre hoy, se daban en salas no destinadas exclusivamente a esta finalidad. Entre el mobiliario es frecuente ver mencionadas mesas de comer «plegadiças», «con piedes mecediços» y bancos largos de pino, con cuatro y seis pies. Es posible que no siempre existieran tales mesas y que aquella gente sencilla comiera sin ellas, y aun sentada en el suelo, lo que, como dice Eiximenis, era frecuente en Castilla. Añade más adelante este gran erudito:

> «Los manteles más frecuentemente citados en documentos e inventarios eran calificados de "franceses", tanto en el siglo XIV como en el XV. Alguna vez reciben el nombre afrancesado de "guardamangers". El ensuciarlos era reputado, ya entonces, por gran grosería, pero difícilmente evitable, puesto que no era corriente que cada comensal tuviera un plato para él solo».

Dice también Rubió que «los platos y escudillas, en las mesas sencillas y en el uso corriente, eran de tierra cocida y sobre todo de madera. Todavía en 1400 leemos en un inventario de Igualada que un capellán tenía en la cocina diecisiete escudillas de madera. Su empleo lo confirma una carta del rey Pedro el Ceremonioso de Aragón, del año 1344, en la que pide la vajilla de plata que tenía empeñada, porque se avergüenza de que los caballeros franceses, que van a saludarle y hacerle reverencia, le vean utilizar platos de madera, para cortar la carne *(talladors,* «tajaderos» o «tajadores» en castellano).

Durante la Edad Media no se utilizaba el tenedor y sólo se conocía como simple curiosidad. Existen ejemplares italianos magníficos, de cristal, de oro y de marfil. Se sabe que Jeanne d'Evreux, esposa de Carlos IV de Francia, poseía un tenedor de este tipo, y también poseía otro Clemencia de Hungría. La duquesa de Touraine –caso afortunado– poseía dos.

Generalmente se comía con los dedos, tanto en España como en el resto de Europa. Jacques Bourgeat, en su documentadísimo libro



*Les plaisirs de la table en France des Gaulois à nos jours,* nos dice que en la *Civilité* de Jean Sulpice, obra escrita en latín hacia 1480, se recomendaba servir la carne utilizando solamente tres dedos de la mano, y siempre trozos pequeños. Decía asimismo que era gran falta de educación meterse la mano en el pecho o «rascarse las partes deshonestas» del cuerpo. Se utilizaba el cuchillo y Rubió y Balaguer afirma que, en Cataluña, se empleaban ciertos estiletes llamados «brocas». Se llegó a tal refinamiento que para comer las diminutas moras se requería indispensablemente la «broca». Es algo que realmente nos enternece.

Citemos ahora al médico Juan de Aviñón que, en Sevilla, hacia el año 1418, escribió una obra médica con muchos contactos con la gastronomía. Dice Juan de Aviñón: «Defenición de comer es movimiento de los miembros de la boca que obran otra vianda para tornarla a semejança del cuerpo».

Juan de Aviñón habló también de los vinos de «Manganilla, Cumbres, Caçalla, Constantina, Ahaznalcaçar, Villareal y Çafra».

Una excepción a los abusos de la mesa, que era regla general entre las personas pudientes, la encontramos en los monjes. Fray Justo Pérez de Urbel, en su libro *Los monjes españoles en la Edad Media,* nos transcribe un documento de 1266 referente a los monjes de Arlanza, en el que se prescribe que el abad debe dar a la comunidad «dos aniversarios en quaresma et dos en adviento de dos pescados frescos de la mar e todo cumplimiento en la cozina. Otros si... al cozinero pan et vino como a un monge, al alfagen pan et vino, para la olla del conviento dos panes de refitoria cada día».

Un caso especial de estrechez y necesidad perentoria, que llega incluso al sustento, nos ha sido revelado recientemente por Martín de Riquer. El caso es totalmente asombroso y parece increíble, pues se refiere a Juan I de Aragón, el Amador de la Gentileza, que vivió atenazado por la usura.

Por su interés, copiamos parte del memorial de agravios que le dirigieron los jurados de Valencia y en el que se nos descubre la precaria situación del rey:

> *«Havets a viure tant freturós e pobre, que és gran vergonya, minva e desonor vostra e de tots vostres sotmeses, e ço que és dolor recitar, quant havets a partir de qualque ciutat, vila o loch, la despesa per al comí se ha a manlevar a mogubell [préstamo usuario]; etiam, que és molt pus vergonyós, molt dies són que vostra casa, Senyor, lo comprador no ha de qué pusque a vostra taula provehir, e, que és pus fort, que moltes vegades no y ha vianda sinó per el vostre plat, la qual cosa és vituperosa e de gran diffamació, car*

*los strangers ne parlen, hoc e los mercaders e altres qui van fora la vostra senyoria se'n trahen scarn, dients que lo Rey d'Aragó no ha c'a menjar».*

*Renacimiento y barroco*

Con el descubrimiento de América, la cocina española se enriquece con la patata, el tomate, el pimentón y el cacao. El ya citado Dionisio Pérez afirma, a este respecto, que «España se deja arrebatar, sin importarle un ardite, y desdeñándola, esta gloria legítima de haber sido los españoles quienes trajeron a Europa la patata, mientras Francia glorifica a Parmentier y perpetúa su nombre y le alza monumentos. Así también los demás productos».

A partir de este momento, brilla la figura de Francisco Martínez Montiño, autor del *Arte de cocina, pastelería, vizcochería y conservería,* libro del que se registran veinticinco ediciones entre 1611 y 1823. Montiño no sólo es un gran cocinero –fue cocinero mayor del rey– sino un excelente escritor, como así lo reconoce la Real Academia Española al considerarlo autoridad de la lengua castellana. Montiño asegura que «el oficio de la cocina, aunque parece que es una cosa fácil, no es sino muy difícil, pues hay muchas cosas que hacer y cada una tiene su punto, y todo se encarga a la memoria, pues los boticarios, médicos y letrados, cuando se les ofrece alguna duda, con estudiarla en sus libros salen della con facilidad. Y por eso digo que la gente de la cocina ha de ser de buen talle y disposición y entendimiento».

Parecer ser que Montiño combatió el uso exagerado de las especias, tan en boga en aquel tiempo. En su libro escribió:

«Tendrás un cofre en la cocina para guardar algunas cosas que sobren y tener las especies, y un cajoncillo para tus toallas y algunos regalillos del señor. La llave del cofre darás al oficial o ayudante más antiguo. Las especies anden en sus bolsas o cajas, cada cosa aparte, y una cucharita en ellas para sazonar con ella. Hínchele de una vez de especies molitas y cernidas, porque aprovechará más de una libra de esta manera, que libra y media si se moliese a remiendos».

Daremos tres recetas de Martínez Montiño:

LONGANIZAS

«Unas longanizas pondré aquí porque las suele comer bien el Rey mi señor. Tomarás carne de los solomos de puerco, que no tenga mucho gordo, y la cortarás con revanadillas menudas, y las echarás en adobo con agua y sal y un poquito de vinagre, y sazonarás en todas especies, salvo nuez, que no ha de llevar, sino pimienta, clavo y jengibre, y le echarás unos pocos cominos de manera sepa bien a ellos, y esté en adobo veinticuatro horas. Luego, henchirás las longanizas, y ponlas a enjugar. Estas no llevan ajos ni orégano, y si le quieres echar algún ajo, ha de ser asado y poco.»

PERDICES ASADAS CON ACEITE

«Pondrás a asar la perdiz que sea tierna, y tomarás un poco de aceite con dos tantos de agua y un poco de sal, y bátelo como huevos hasta que esté un poco blando, y luego ponlo junto al fuego e irás lardando la perdiz con las plumas, en lugar de manteca, y cuando esté asada, la has de servir con esta misma salsa que esté un poco salada. Tiene muy buen gusto, y S.M. la come ordinariamente de esta manera.»

CÓMO SE ADEREZA UNA CABEZA DE TERNERA

«La cabeza de ternera la cocerás con agua y sal, y la sacarás con el plato, y le quitarás las quijadas, y la abrirás por encima de los sesos, y le quitarás aquellos huesos, y tendrás hecha una pebrada de esta manera: freirás tocino de papada en dados y un poco de cebolla muy menuda; luego echa allí vino y vinagre y un poco de azúcar y de todas especias y canela, y cueza un poco y échala por encima de la cabeza.»

Si queremos saber cómo eran los menús, por lo menos en los hogares adinerados, el mismo Montiño nos sacará de dudas; por ejemplo, para una comida del mes de mayo recomienda: perniles, con los principios; capones de leche asados; olla de carnero y aves, y jamones de tocino; pasteles hojaldrados; platillo de pollos con habas; truchas cocidas; jigotes de pierna de carnero; torreznos asados y criadillas de carnero; cazuela de natas; platillos de artaletes de ternera y lechugas; empanadillas de torreznos con masa dulce; aves en alfilete frío, con huevos mejidos; platos de alcachofas con jarretes de tocino.

Para un banquete de Navidad, Montiño escoge: perniles; ollas podridas; pavos asados con sus salsas; pastelillos saboyanos de ternera hojaldrados; pichones y torreznos asados; bollos de vacía; perdices asadas con salsa de limones; capirotada con solomo y salchichas y perdices; lechones asados con sopas de queso y azúcar y canela; hojaldres de masa de levadura con enjundia de puerco; pollas asadas.

Hay una evidente falta de imaginación. Por otro lado, de lo anterior se colige que las apoplejías debían de ser fulminantes. Sin embargo, la sabiduría popular y los médicos combatían tales monstruosidades digestivas. En 1615, Sorapán de Rieros (el Cisne de Dauro) publicó *Medicina española en proverbios,* donde se incluyen máximas tan sabias como las siguientes:

De hambre a nadie vi morir
De mucho comer cien mil.
(Refrán III)

Quien quiera vivir sano
Coma poco y cene temprano.
(Refrán VII)

Después de comer, dormir;
Y de cenar, passos mil.
(Refrán XI)

Más mató la cena
Que sanó Avicena.
(Refrán XI)

No le quiere mal
Quien le hurta al viejo
Lo que ha de cenar.
(Refrán XIII)

El doctor Sánchez de la Cuesta, al comentar el libro de Sorapán de Rieros, dice que muchos de estos refranes tienen aún hoy completa actualidad.

Sin embargo, no todo el mundo comía de forma desorbitada, naturalmente, y había clases sociales que hacían suyos los preceptos del doctor Sorapán, no por gusto sino por necesidad. Aparte de los humildes, existían los viajeros a quienes los posaderos mataban de hambre, como se colige de una extraña *Canción franco-española de los peregrinos* (se refiere a los de Santiago), impresa en Toulouse en el año 1650 y citada por L. Vázquez de Parga, J.M. Lacarra y J. Uria.

Transcribimos a continuación dos estrofas del poema referentes a la comida y posada:



*Vous qui allez à Sainct Iaques,*
*Ie vous voudrois prier*
*Que ne fussiez point laches*
*A apprester à disner.*

*Les hostesses sont fines,*
*Elles ne servent rien;*
*Qui sçait faire cuisine*
*Il luy servira bien.*

*Vos qu'andais à Santiago*
*Mire vostra mercé,*
*Non ay en posades*
*Nada para comer.*
*Bosquais en altres cazes*
*Lo qu'abets menester*
*Si queres bones carnes*
*Moy limpes allarés.*

Los testimonios literarios son relativamente abundantes en lo que se refiere a las clases de guisos que se solían hacer. Luis Quiñones de Benavente, en el entremés *Del mayordomo,* los relaciona así, mostrándose más prudente que Montiño:

Tendrán sus cuatro platos los señores,
porque no quiero ser corto ni franco;
Los jueves y domingos manjar blanco,
torreznos, jigotico, alguna polla,
plato de yerbas, serenada olla,
postres y bendición. En el «tinelo»
para que no me llamen «mayorduelo»
mucho nabo gallego y poca vaca,
¡ojo a la olla!, que uno destos saca
un nabo ardiendo y se lo traga vivo.
Los viernes, lentejitas con truchuelas.
Los sábados, que es dia de cazuela,
habrá brava mazofa y majatoria,
y asadura de vaca en pepitoria,
y tal vez una panza con sus sesos,
y un diluvio de palos y de huesos.

Afirma Ángel Valbuena Prat, en su estudio sobre las costumbres del Siglo de Oro, que el «manjar blanco» era un guiso en el que entraban las pechugas, el arroz y la leche; que se censuraba a los que en las «paellas» ponían demasiada agua, y «por la gallina, dos partes de harina». Cuando faltaba «pechuga de pollo» al «manjar», se podía hacer un chiste como el que se decía en un entremés:

Angustioso es sin duda
su manjar blanco,
que anda toda su vida
despechugado.

Sobre los productos de la carne de cerdo, Agustín de Rojas, autor de *En alabanza del puerco,* pasa lista a los siguientes:

La morcilla, el adobado,
testuz y cuajar relleno,
el pie ahumado, la salchicha,
la cecina, el pestorejo.
La longaniza, el pernil,
que las paredes y techos
mejor componen y adornan
que brocado y terciopelo.

La matanza del puerco, tradicional y festiva, se alude así:

Pues jamás faltó en la casa
más rica del todo el pueblo,
regocijo en aquel día
que tenían «puerco muerto».
¿Qué atabales, qué trompetas,
qué flautas o qué instrumentos
eran de más alegría
para niños, mozas, viejos?

En *Los muertos vivos* se hace relación de los frutos:

Lleva aqueste canastillo
roja guinda y verde pera;
la cermeña como cera
y el no maduro membrillo.



Lleva la almendra vestida
de mezcla, y la nuez de verde,
serba que la fuerza pierde,
cereza de sangre teñida.

Roja manzana y traslado
de nuestra boca y mejillas,
y destas verdes orillas
agraz verdoso y morado.

Podríamos aducir innumerables textos de Cervantes, Quevedo, Zabaleta, Mateo Alemán, del *Lazarillo,* etcétera. Sin embargo, el broche de oro de la cocina española de la época lo encontramos en Francisco Delicado, con la enumeración que hace de las gracias y la ciencia coquinaria en *La lozana andaluza.* Reproducimos a continuación este texto capital:

«LOZANA: ¿Yo, señora? Pues más parezco a mi agüela que a mi señora madre, y por amor de mi agüela me llamaron a mí Aldonza, y si esta mi agüela viviera, sabría yo más que no sé, que ella me mostró guisar, que en su poder aprendí hacer fideos, empanadillas, alcuscuzú, con garbanzos, arroz entero, seco, graso, albondiguillas redondas y apretadas con culantro ver, que se conocía las que yo hacía entre ciento. Mirá, señora, tía, que su padre de mi padre decía: "éstas son de mano de mi hija Aldonza"; ¿pues adobado no hacía? sobre que cuantos traperos había en la cal de la Hería querían proballo, y máxime cuando era un buen pecho de carnero, ¡y qué miel! pensá señora, que la teníamos de Adamuz y zafrán de Peñafiel, y lo mejor de la Andalucía venía en casa de esta mi agüela. Sabía mejor hacer ojuelas, pestiños, rosquillas de alfajor, textones de cañamones y de ajonjolí, négados, jopainas, hojaldres, hormigos torcidos con aceite talvinas, zahinas y nabos sin tocino y con comino; col murciana con alcaravea, y olla reposada no la comía tal ninguna barba; pues boronia ¿no sabía hacer? por maravilla, y cazuela de berenjenas mojíes en perfición; cazuela con su ajico y cominico, y saboreico de vinagre, ésta hacía yo sin que me la vezasen. Rellenos, cuajarejos de cabritos, pepitorias y acabrito apredeado con limón ceutí, y cazuela de pescado cecial con oruga, y cazuelas moriscas por maravilla, y de otros pescados que sería luengo de contar. Letuarios de arrope para casa, y con miel para presentar, como eran de membrillo, de cantueso, de uvas, de

berenjenas, de nueces y de la flor del nogal, para tiempo de peste; de orégano y hierba buena, para quien pierde el apetito; pues ¿ollas en tiempo de ayuno? estas y las otras ponía y tanta hemencia en ellas, que sobrepujaba a Platina, *De voluptativus* y Apicio Romano, *De re coquinaria,* y decía esta madre de mi madre: "Hija Aldonza, la olla sin cebolla es boda sin tamborín"».

Para terminar este capítulo nos referiremos a la «Carta que escribió un médico cristiano, que estaba curando en Antiberi a un Cardenal de Roma, sobre la bebida del cahué o café», publicada a mediados del siglo XVII, y que después de decirnos que el café proviene de Arabia y es de la hechura de un hueso de dátil y del tamaño de un garbanzo, nos informa que da un bello color a los ojos así como a las mejillas de las señoritas y que es bebida corriente entre moros, turcos y persas. Da una receta para hacer tal brebaje y añade:

> «Haciéndose de parte de noche, se apartará de la lumbre a un lado, donde participe del calor con un poco de rescoldo, y dejarlo tapado hasta la mañana: que con aquel calor que cobró se va perfecionado: y se hallará el polvo aposado abajo en la vasija, y la bebida clara; la cual, con tiento porque no se enturbie, se mandará a otra vasija. Y cuando la quieran tomar sacarán con tiento, de manera que no se revuelva, y enturbie el cocimiento, y lo echarán en otros puchero, y lo harán calentar, y en el echarán una cucharada de azúcar molido como en el chocolate, y menearán con la cuchara de plata, y lo beberán a sorbos como el chocolate, lo más caliente que puedan, porque es más provechoso. El Invierno se puede hacer para cuatro, o seis días, y el Verano para dos».

Damos esta receta solamente a título de información. Pero no creemos prudente recomendarla, de ningún modo, a nuestros lectores, si es que no quieren perder, de golpe, el gusto por el café.

### *Desde el Siglo de las Luces y el romanticismo hasta nuestros días*

El espíritu ilustrado provocó en España un afán de renovación. El duque de Cars observa en 1782 que *«il était de príncipe absolu de toujours faire ce que l'on avait fait la veille et absolument comme on l'avait fait».* Frente a este estado de cosas surgen, sin embargo, el talento, la vocación y los ímpetus juveniles de hombres como Jovellanos, Cabarrús y



Campomanes, y su anhelo es transformar a España sacándola del sueño del pasado. Se fundan, entonces, las Sociedades Económicas de Amigos del País y se hacen tertulias científicas y literarias en los hogares ilustrados. Se vuelve el rostro hacia el extranjero y se leen libros de allende las fronteras, no sin cierto temor en muchos casos. Jean Sarrailh, en su libro capital *L'Espagne éclairée de la seconde moitié du XVIII siècle,* escribe:

> *«Il nous est apparu déjà que les hommes de bonne volonté, dans leur croisade pour éclairer et régénérer l'Espagne, tournent souvent les yeux vers l'Étranger. Ils y cherchent les lumières qui leur permettront de résoudre les problèmes qui se posent dans leur pays et de reprendre una place honorable –pourquoi pas la première?– dans l'Europe entrainée par les Progrès».*
> [«Ya hemos visto otras veces que los hombres de buena voluntad, en su cruzada para iluminar y regenerar España, a menudo ponen la vista en el extranjero. Buscan allí las luces que les permitan resolver los problemas que se plantean en su país y recuperar un puesto honorable –¿por qué no el primero?– en una Europa entusiasmada por el progreso.»]

Aunque católicos, muchos de los espíritus que hoy llamaríamos «progresistas» se suscriben a la *Encyclopédie ou Dictionaire raisonnée des arts et des sciences.* La Real Junta de Comercio de Barcelona fue establecida por una Real Cédula, fechada en Buen Retiro a 16 de marzo de 1758, en la que se ordena la fundación de una Junta de Comercio para fomento del mismo.

Uno de los artículos de los estatutos de la Real Sociedad Bascongada de Amigos del País dice: «El objeto de esta... es el de cultivar la inclinación y el gusto de la nación Vascongada hacia las ciencias, bellas artes y letras, corregir y pulir las costumbres, desterrar el ocio, la ignorancia y sus funestas consecuencias y estrechar más la unión de las tres provincias vascongadas de Álava, Vizcaya y Guipúzcoa». El espíritu de este artículo personifica a los célebres Caballeritos de Azcoitia, núcleo matriz del nuevo ideal y a su alma mater, don Xavier María de Munibe, conde de Peñaflorida. Este vasco, aristócrata e ilustrado, gustaba reunir, en su casa de Insausti, a grupos de amigos que, en torno a una buena mesa, se entregaban a deleitosos coloquios crítico-científicos.

La gente, no obstante, sigue comiendo con buen diente, y en esto sigue ateniéndose a la tradición. El día 14 de mayo de 1786, don Antonio Lasso de la Vega y Santillán dio un banquete cuyo menú era el siguiente: dos platos con cuatro embuchados de lomo, dos de jamones

lampreados, dos de salchichas, dos de jamón con tomate, dos de chorizos, dos de jamón frito, dos de meolladas, dos de criadillas, dos de riñonada, dos de escarola rellena, dos de portuguesas, dos de leche frita, dos de buñuelos de viento, dos de asadurillas de cabrito, dos de crema, dos de tortas de dulce, dos de pastelillos de carne, etcétera. La lista de platos continúa, hasta poder contar cincuenta y tres, y es de notar que no hay ni uno solo de pescado. Desde luego, para la sensibilidad actual hastía la monotonía de tales manjares. Tal banquete costó tres mil doscientos reales, y la cuenta del pastelero, que ha llegado hasta nosotros y ha sido publicada, rezaba así:

| | |
|---|---|
| Por diez y nueve libras de huevos dobles y yemas acarameladas, merengues y yemas de huevos hilados a siete reales | 133 |
| Por cuatro de tablillas, a cinco reales | 20 |
| Por seis de bizcochos borrachos, polvorón y cajitas, a cuatro reales y medio | 27 |
| Por dos cajas de jalea | 8 |
| Por veinticinco libras de bizcochos | 100 |
| Total | 288 |

El día 14 de enero de 1777 se casó el marqués de Castellvell con doña Antonia Peguero y Armengol. Rafael de Amat y de Cortada, barón de Maldá, relata en su afamado *Calaix de sastre* y con su catalán pintoresco, la cena de bodas que se celebró en casa de la novia. Dice el barón:

*«Los senyors no hi enredávem amb tants tontillos. Després se serví l'agasajo de quatre o cinc expecies d'aigües, abundáncia de postes igualment sense el xocolata. Acabat esto se feren les partides de jocs de bases i trenta-u. Les senyoretes donzelles estaven totes en l'aposento de la amaneia esperant l'invitatori bucal, i també hi eren allí de tapadillo amb motiu d'haver mort la superiora de San Joan, la senyora Meca. A deu hores se començaren a unir les taules del saló que a ben segur arribarien a la dotzena, pués des d'un cap de saña arribaren a l'altre; s'anaren posant estovalles finíssimes i luego se posaren los tovallons amb sos plats, i en cada pa de crostons, amb sos culleres, forquilles i ganivets; posat tot aixó, se ordená la simétrica composició dels guisados, salses, fiambres, pastels, confitures, etc. que tot havia eixit de l'hábil má de Maurici, dels cocs [cocineros] que avui día tenen més anomenada, el que estava allí por arreglar tot aquell gran ambigú. La cena de la boda se principiá a onze hores i se conclogué a tres quarts de dotze tocats, passant-se a arrenglerar los cotxes per eixir de casa Peguera un tras l'altre i arribaren a la dotzena il·luminats tots, i ses dos atxes enceses lo dels senyors nuvis, Marqueses de Castellvell. Al arribo a sa casa ya estaven il·luminats el saló i estrados conforme a los de casa Peguera; se féu un poc "quam-quam" i uns i altres se donaren la bona nit i no menos als senyors nuvis. A la una de la matinada nos retirárem; en lo sopar casa Peguera fórem trenta set a taula».*

[«Los señores no se aclaraban con tanto jolgorio. Después se sirvieron cuatro o cinco clases de aguas, y pastas en abundancia, aunque sin chocolate. Luego se iniciaron diversos juegos de baraja. Las señoritas permanecían en un salón apartado, debido a la muerte de la superiora de San Joan, la señora Meca. Hacia las diez se unieron las mesas del salón principal; puede que fueran una docena, pues llegaban de un extremo a otro del salón. Las mesas se adornaron convenientemente: manteles, servilletas, platos, cucharas, tenedores, cuchillos. Después se dispuso la simétrica combinación de guisados, salsas, fiambres, pasteles, confituras, todo ello salido de las hábiles manos de Mauricio, a la sazón uno de los mejores cocineros actuales, y que estaba allí para arreglar todo el galimatías. El banquete nupcial empezó a las once y finalizó a las doce menos cuarto. Luego se alinearon los coches, para salir de la mansión de los Peguera; todos estaban iluminados, especialmente el de los novios, los marqueses de Castellvell. Cuando éstos llegaron a su casa encontraron iluminados el salón principal y otros aposentos, al modo de casa Peguera. Se habló un poco y unos y otros se dieron las buenas noches, sin excluir a los novios. A la una de la madrugada nos retiramos. En la cena habida en el palacio de los Peguera fuimos treinta y siete».]

Con respecto a los precios de los comestibles en la época de Carlos III, es conocida una instrucción dictada para el baile de máscaras que se celebró en Cádiz durante el Carnaval de 1770, que contiene numerosas prevenciones relativas al vestido, coches, criados, duración de los *minuets* y contradanzas, y en la que añade que «por lo que pudiera suceder, habría prontos en el Balcón de la Ciudad médico y cirujano y que para las urgencias corporales existirían retretes, uno para los hombres y dos para las Señoras Mujeres, rotulados, y con sus centinelas y gente de servicio de ambos sexos, para que no entre más que una persona».

Éstos son algunos de los precios comprendidos en la lista:

| | | |
|---|---|---|
| Cathalán tinto | 3 | reales |
| Xeréz superior | 4 | » |
| Zerbeza Bristól | 5 | » |
| Un Ponch de rom regular | 5 | » |
| Un posillo de chocolate, con su pan y manteca | 2 | » |
| Por cada plato trinchado de jamón | 5 | » |
| Un dicho de salchichón | 4 | » |
| Un dicho de lengua de Baca | 4 | » |
| Id. de Puerco | 5 | » |
| Una taza de caldo de substancia, gallina y jamón | 2 | » |
| Caxeta de Dulze de Francia | 12 | » |
| De Bordeau | 11 | » |
| Una botella de Cabo Bretón | 12 | » |
| Una botella de vino de Champán | 21 | » |
| Un vaso regular de agua | 2 | quartos |

En 1774 se publicó en Madrid un libro titulado *Economía de Pretendientes. Diálogo entre económico y glotón. (Verdadera instrucción que contiene reglas utilísimas para que vivan bien, coman con poco dinero, sean estimados, logren sus pretensiones pronto y tengan robusta salud y buena nota. Por S. Ángel María de la Torre y Leyva).* El señor Pardo y Figueroa, que dio noticia de este libro, dice que, después de una introducción, empezaba así: «A los que se supone pueden gastar quince o diez reales por comida».

Afirma el autor que «serán pocos los sujetos que puedan usar tal esplendor», y a éstos les recomienda la Fontana de Oro, Carrera de San Jerónimo, número 1; la Gran Cruz de Malta, calle de Alcalá, número 7, y plazuela de San Sebastián, número 1. En estas casas, que se llaman «fondas», se encuentra buena y aseada servidumbre, acompañada de suaves, costosos y delicados manjares; pero advierte de que las glotonerías causadas en ellas producen más cadáveres a cementerios, iglesias y bóvedas que los patíbulos de la plaza Mayor o las muertes de soldados en campaña. Agrega que la fonda reúne en una pieza botillería, taberna, puesto de vino generoso, aguardiente y confitería, por cuya razón la califica de «boca del infierno», donde no tan solamente se componen y cocinan los manjares para mal alimento de la vida humana, sino que también se preparan y guisan los malos manjares para la vida espiritual, que son proporcionar las ocasiones para lograr cada uno sus liviandades. Y como en las fondas son frecuentes las borracheras, alborotos y desafíos, sucede que por concurrir a ellas se puede perder la vida, la honra, la hacienda y el alma. Por tal motivo



se aconseja que aun cuando se pueda suplir el costo, no se asista a semejantes casas. A continuación se declara también el «modo de comer con seis reales en parajes decentes, y con buena y aseada servidumbre»; se dan consejos «a los que pueden gastar cuatro o cinco reales en una comida»; demuéstrase «el modo facilísimo de comer o cenar con tres reales» y, finalmente, se dan instrucciones «para el que no pueda gastar más que dos reales».

Con su humor erudito, el señor Pardo y Figueroa se apresura a declarar que, en su tiempo –escribía en 1898–, también existían en Madrid fondas económicas y nos informa de la existencia de la Posada del Peine, situada en la calle de Postas, cuyo anuncio declara que es la casa mejor y más barata de la corte; que hay en ella hospedajes desde una peseta, y cubiertos de seis reales en adelante; que se brinda seguridad, confianza, tranquilidad, economía, esmero, baratura, limpieza, exactitud, vigilancia, moralidad, rígida administración, reglamento impreso para mayor formalidad, servicio constante de noche y gran cocina modelo. Otro establecimiento barato es el Restaurant del Comercio, en Valencia, en el que se advierte de que «la casa no admite, bajo ningún concepto más que matrimonios legítimamente casados».

El más famoso libro de cocina de esta época es el *Nuevo arte de cocina* (1791), de Juan de Altamiras, otro de los clásicos de la gastronomía española. Dice este gran cocinero:

> «Nota lo primero el cocinero que ha de ser de todos notado y así ha de ser extremado en su limpieza, no sólo en lo que viste, sino también, y más principalmente, en lo que guisa; la limpieza exterior es indicio de la interior; y en el cocinero, la exterior pulcritud del vestido señala la limpieza que guardará en sus manjares; y una y otra el cuidado de su conciencia. Éste debe ser el primero en el bueno y vigilante cocinero; porque hay estómagos tan delicados, que la comida menos limpia es suficiente causa no sólo a inquietarlos y provocar vómito, sino lo que es más, a quitarles la vida, y sería cosa lastimosa que el alimento, instituido por Dios para conservarla, por descuido del cocinero sirviera para destruirla: mire el religioso de este oficio que son ángeles a quienes ministra la comida y sustento, y que los sacerdotes y ministros del Señor no deben ser menos atendidos en este particular, que los príncipes de la tierra».

Citaremos también el libro *Arte de repostería,* de Juan de la Mata, impreso en la ciudad de Madrid en el año 1748. El apego a la tradición sigue vivo todavía, y así ésta la vemos coleante en el curioso

poema *La gastronomía,* o *Los placeres de la mesa,* de José de Urcullu, Valencia, 1820.

Sin embargo, el momento en el que las fondas y posadas alcanzaron verdadero auge se dio, según afirma Ramón Solís en su estudio *El Cádiz de las Cortes,* durante las Cortes de 1812 y precisamente en esta ciudad. El motivo de este auge fue la concentración de diputados y refugiados de toda España; adquirieron fama las de Las Cuatro Naciones, El Caballo, Los Tres Reyes, La Paz y La Perdiz.

También se supone que fue en Cádiz donde aparecieron, por vez primera, los «cafés». Sincronizada al hecho de que el chocolate viérase desplazado por el uso del café, la designación «café», para aludir a este tipo de local fue arrinconando la de «botillerías» y «chocolaterías». El «café» se convirtió en centro de tertulias literarias y de vida política, y determinó que se escribieran varias obras teatrales con él por escenario, por ejemplo, las del escritor González del Castillo. En el sainete titulado *El café de Cádiz* se describe así el decorado: «La escena representa el patio de un café, con puertas y ventanas; la del medio de la fachada corresponde al billar; mesas alrededor y sillas...».

Como muy renombrados en Cádiz podemos citar el Café de Apolo, el Café del Ángel, el Café del Correo, el Café del León de Oro y la Confitería de Cusi. También eran numerosas las tabernas, y una de ellas, cuyo propietario era familiar del Santo Oficio, dio lugar a unos versos de don Pablo de Jérica:

A esa ermita no entro, hermano.
No le tengo devoción.
Su vino será cristiano
pero la puso un fulano
miembro de la Inquisición.

Las nuevas modas se iban imponiendo en el gusto de las gentes. Ahora bien, ¿cuándo y cómo se produjo el descrédito de la cocina nacional? El Doctor Thebussem responde diciendo:

«Cambian los tiempos y con ellos las costumbres. La invasión de 1808 arroja en esa península la primera semilla de la cocina francesa, la más encantadora, la más grata, la más adelantada, y la que hoy se lleva la palma en todos los pueblos civilizados del mundo. La tierra de los "hidalgos" y del "Quijote" adopta y da carta de naturaleza en el primer tercio de este siglo al habla, a los vestidos, a las costumbres y a los alimentos de la Galia. Hace veinte años



que en las casas y en las fondas, ya principales o ya medianas, de Sevilla, Madrid, Barcelona, Málaga, Valencia, Cádiz y otros pueblos, son tan vulgares los platos y los vinos de Francia, como los de la misma España».

Y para demostrar esa opinión, reproduce algunos menús de los que era codicioso coleccionista. Aunque redactados en francés, que ya es sintomático, todos ellos se refieren a banquetes oficiales dados en Madrid. Citaremos un par de ellos: el primero, el que dio el regente de España, duque de la Torre, en 1869; el segundo, el que tuvo lugar, en 1871, en el Palacio Real.

*DÎNER DE S.A. DU 11 OCTOBRE 1869*
*Potages: Consomé Colbert, purée chasseurs*
*Hors d'oeuvre: Petits pâtés à l'Isabelle*
*Relevés: Poisson sauce génoise, filets de boeuf à la Régence*
*Entrées: Petites timbales à la parisienne: Filets de lapereaux à l'Impératrice: Chaudfroid de poulets à la moderne*
*Punch à la Romaine*
*Entremets de légumes*
*Petits pois à l'anglaise*
*Rôtis: Dinde rôtie sauce Périgord, jambon à l'espagnole*
*Entremets sucrés: Croustades à la cardinal: Bavaroise à la vanille: Fromage, glace de fraise*

*DÎNER DU 20 MAI 1871*
*Potages: À la Reine; a la Richelieu*
*Rissoles à la Bruxelloise: Côtelettes de cailles à la Kleber*
*Poisson: Saumon à la Diplomate*
*Filets de boeuf à la Napolitaine, etc.*

*VINS*
*Potages: Jerez oro 1820*
*Fritures: Château Lafite*
*Relevés: Sauternes, etc.*

La cocina francesa triunfaba en el mundo. Los cocineros del país vecino habían logrado imponer su arte culto, elaborado, misterioso y, sobre todo, digestivo; habían creado una cocina al compás de los adelantos de la ciencia médica. Vatel, Carême, Lavarenne y tantos otros representan precisamente esto: comer de una manera racional, y todo

lo que iba contra este precepto, a la larga, debía derrumbarse. Existía también la moda, es cierto, el deseo de estar al día; pero, en el fondo, contra los principios dietéticos de la cocina francesa, representados óptimamente en aquel momento por Jules Gouffé, con su *Le livre de cuisine,* publicado en París en el año 1867, ¿qué podíamos oponer los españoles? No, ciertamente, nuestra cocina culta, la impresa en los recetarios, la de Montiño o Nola, que resultaba anacrónica y malsana. ¿Dónde estaban nuestros grandes creadores en cocina, ajustados e íntimamente compenetrados con su tiempo? No los había. En realidad, pues, contra la cocina francesa sólo podíamos oponer –si es que había verdadera necesidad de oponerse– nuestra cocina popular, humilde y desdeñada, pero fragante. Esta cocina basada en la observación y en la experiencia de cada día.

El espíritu de «lo moderno» se había infiltrado ya desde hacía tiempo, pero adquiría cada vez más actualidad. De ello da constancia, y es significativa, la polémica que se desató, entre bromas y veras, en *La Risa,* recogida después en el *Álbum de Momo* (1847), sobre si era mejor desayunar con chocolate o con huevos fritos. El escritor Wenceslao Ayguals de Izco defendía, con este soneto no desprovisto de gracia, el desayuno de tenedor:

¿No es, hermano, solemne disparate
preferir chocolate al desayuno?
¿No es más estomacal, más oportuno
un par de huevos fritos con tomate?
Me llamaréis acaso botarate
porque no tengo estómago frailuno.
Ábrase la sesión: pueda cada uno
razones alegar en el debate.

¡Sus!... a la lid, oh reverendo hermano
si quiere conquistar laureles nuevos;
y árdase Troya cual inmensa fragua.

Cante en buen hora el chocolate ufano
yo entonaré el «busilis» de los huevos
y veremos quién lleva el gato al agua.

No menos gracia tuvo la contestación de Fray Gerundio, quien, haciendo un derroche de ingenio, le contestó con el mismo soneto apenas modificado:



No es, hermano, solemne disparate
preferir chocolate al desayuno,
ni es más estomacal, más oportuno
un par de huevos fritos con tomate.

Me llamaréis acaso botarate
porque tengo el estómago frailuno.
Abierta queda la sesión: cada uno
sostendrá como pueda este debate.

¡Sus!... acepto la lid, ya que un hermano
me invita a conquistar laureles nuevos,
y árdase Troya cual inmensa fragua.

Yo ya defiendo el chocolate ufano:
tú el «busilis» entonas de los huevos,
y veremos quién lleva el gato al agua.

La cuestión fue juzgada y resuelta en favor del chocolate, y el fallo, redactado por un autor anónimo, se publicó en las páginas del mismo periódico satírico. En él se decía que comparar los huevos fritos con el elegante chocolate era tanto como poner en parangón la sidra con el néctar de los dioses, el chacolí con el Lacrima Christi, la rústica patata con el tocino de cielo, la innoble cebolla con la pechuga de ángel, la prosa con la poesía, lo humilde con lo elevado, lo rastrero con lo sublime, el zueco con el coturno, la cotorra con la sirena, etcétera, y aduce el testimonio de las academias de Ciencias de Prusia, de Bellas Artes de París y de la Real de Londres, que han consignado: *«Il y a longtemps qu'on appelé le chocolat "le lait des viellards": on le regarde comme très nourrissant et comme très propre a réveiller les forces languissantes».*

En el mismo periódico *La Risa* –uno de los espejos en que se reflejaban las costumbres de la época– encontramos un largo canto a la gastronomía titulado *No hay cosa como comer* y firmado por Vicente Sáinz Pardo, que por su originalidad transcribimos aquí fragmentariamente:

Yo no canto de Marte los furores,
que del cañón me aterra el estallido,
ni del hambre y la peste los horrores,
ni los vanos impúdicos amores
del mundo corrompido.

Canto el placer más sólido y durable
que ofrece la existencia deleznable
en su curso apacible;
canto, público amable,
el mágico poder del comestible.
Giman enhorabuena
en las redes de amor de su sirena
los necios amadores,
no creo que el estómago se llena
con el humo fugaz de los amores.
Canto del rico payo
la grasienta pechuga,
que tan buena me sabe con lechuga,
la habilidad alabo
del noble cocinero
que asa bien una pierna de carnero,
y el valor indomable con que raja
el pernil de Galicia suculento,
y en la sartén encaja
donde sirve de próvido sustento.

El apetito del poeta es innegable y va pasando revista ávidamente a diversos guisos y condimentos corrientes en la época. Sin embargo, y como hemos dicho, la esencia y valor de la cocina nacional se habían refugiado en las regiones. A última hora, el romanticismo literario se funde con el historicismo y exalta decididamente la región y su pasado, tradición y folclore. Un poco más, y nos hallaremos ya ante el romanticismo político. No hay que desdeñar las ediciones de esta época y, en Barcelona, de obras como *La cuynera catalana.* Este título es ya significativo y sus perfumadas recetas nos acercan entrañablemente al latido de la tierra. Entresacamos una de ellas:

PERDIU A LA CATALANA

*«Despres de rustida en las graellas se posa en una olla ab cansalada feta daus, ceba, julivert, dos grans de all picat y especias y un poch de vi blanch, y se tapa ab un paper de estrassa y se hi posa una olleta ab aygua sobre, y se cou ab poch foch, y cuyta se deixatan uns ruvells de ous, se posan sobre, y se serveix».*

Llegamos ya a la hora de la regeneración, que en buena parte es obra de los escritores. A levantarse de la postración en que se hallaba



la cocina española, vivificando sus esencias populares, contribuyeron decisivamente escritores como Juan Valera; la condesa de Pardo Bazán, con sus libros *Cocina española antigua* y *Cocina española moderna;* don Luis Pardo de Figueroa, que con el seudónimo Doctor Thebussem -tantas veces citado en este libro- escribió *La mesa moderna,* en colaboración con José de Castro y Serrano, y las tres series de *Raciones de artículos;* Ángel Muro, que publicó el *Almanaque de conferencias culinarias* (1892), *Diccionario general de cocina* (1892) y *El practicón* (1910); y Dionisio Pérez, con su *Guía del buen comer español* (1929), libro fundamental para la gastronomía española.

Después han publicado excelentes libros de teoría y técnica culinarias Teodoro Bardají, Ignacio Doménech, Nicolasa y la Condesa de Parabere. Son dignos de mención los escritos gastronómicos de Juan Cabané, Sebastián Damunt y Luis Antonio de Vega, este último con sus libros *Viaje por las cocinas de España, Guía gastronómica de España y Guía vinícola de España;* Joaquín Belda, que publicó la obra *Vinos de España* en 1929; Enrique Sordo, con su útil *Arte español de la comida* (1960), y Alberto Consiglio, con su *I vini di Spagna.* Han escrito también sobre temas gastronómicos, casi siempre genial y lúcidamente, Gregorio Marañón, Julio Camba, Álvaro Cunqueiro, José María Castroviejo y José Pla.

# Las bebidas

## *El vino*

La vid y la elaboración del vino fueron introducidas en España por los fenicios. No es seguro, pero se da el hecho por supuesto. Lo cierto es que cuando los romanos llegaron a la península se encontraron con esta agradable sorpresa: un vino excelente. Los romanos cantaron y alabaron las virtudes de los vinos españoles, y existe una epístola de Plinio el Joven dirigida a uno de sus amigos, en la que dice: «Ya sé que te pasas las noches rodeado de bailarinas de la Bética y bebiendo vinos hispánicos». No era censura, desde luego, sino más bien envidia.

El derrumbamiento de la monarquía visigoda y la entrada de los musulmanes en España no debieron de favorecer excesivamente el arte vinícola. Sin embargo, los árabes españoles amaban el vino y sus poetas fueron los que, en mayor grado, lo idealizaron. He aquí algunas muestras:

Pero el vino ha tomado bien su venganza:
yo lo hice caer en mi boca,
y él me ha hecho caer a mí.
(Abd al-Nalik)

Cuando muera, estas son mis instrucciones
para el entierro: dormiré
con una viña entre los párpados;
que me envuelvan entre sus hojas
con una mortaja y me pongan
en la cabeza un turbante de pámpanos.
(Abén Guzmán)

Los vasos eran pesados,
pero cuando estuvieron
llenos de vino, se aligeraron.
(Idris ibn al-Yaman)



El ya citado tratadista de agricultura Abu Zakariyya ibn al-Awwam da preceptos para el cultivo de la vid y para la elaboración de una clase de vinos blancos picantes, a los que se añade simiente de mostaza o raíz de alcaparra. Los árabes realizaron también la destilación del vino y la palabra moderna «alcohol» deriva, según J. Corominas, de la hispanoárabe *«kuhúl»*, espíritu de vino. Los árabes españoles, a pesar de sus preceptos religiosos, fueron indulgentes con la bebida y los jueces andalusíes cerraban los ojos ante los borrachos, para evitar castigarlos, como se desprende de *La historia de los jueces de Córdoba*, de Aljoxaní, y particularmente de este episodio:

«También cuenta Asbag lo siguiente: Estábamos un día en su casa, yo y su secretario Habenhoan, cuando se presentó un almotacén trayendo un hombre que olía a vino. El almotacén le denunciaba como bebedor. El juez dijo a su secretario Habenhoan:
»–Huélele el aliento.
»–Y el secretario se lo olió, y dijo:
»–Sí, sí; huele a vino.
»Al oír esto, pintóse en la cara del juez la repugnancia y disgusto que le causaba, e inmediatamente me dijo a mí:
»–Huélelo tú.
»Yo lo hice, y le dije:
»–Efectivamente, encuentro que huele a algo; pero no percibo con seguridad que sea olor a bebida que pueda emborrachar.
»Al oír esto, brilló en la cara del juez la alegría, y dijo inmediatamente:
»–Que lo pongan en libertad; no está probado legalmente que haya cometido esta falta».

Claudio Sánchez Albornoz, en *España, un enigma histórico*, dice:

«Todas las rigideces de la ley musulmana frente a los frecuentadores del delicioso fruto de la vid fueron vanas en la España islamita. Un puñado de mahometanos la ganó en una hora de discordia civil. Pero este puñado de orientales y de berberiscos fue en seguida conquistado por las mujeres y por los vinos españoles. Los peninsulares fueron convirtiéndose al Islam más o menos de prisa y al cabo de unas generaciones apenas si corría sangre árabe por las venas de los hispanomusulmanes. ¿Cómo no habían de beber y de embriagarse aquellos islamitas españoles, nietos de muslimes y de hispanos, o de españoles por los cuatro costados?».

Todo ello es convincente; pero está en contradicción con las tesis de Américo Castro, que juzga más musulmanas que cristianas las críticas contra el vino que se hallan en la literatura española de la época, especialmente en el Arcipreste.

En la España cristiana, las órdenes monásticas favorecieron el cultivo de la vid. En sus abadías, verdaderas granjas agrícolas, se elaboró el vino, y así vemos que en los documentos en que se autorizan donaciones nunca se olvida consignar los lagares, verdaderos laboratorios del néctar. El autor antes mencionado, Sánchez Albornoz, da a conocer en *Estampas de la vida en León durante el siglo X*, entre otros, los siguientes: Leutimio, presbítero, da a Santa María de Paradela *«casas, quos hedeficaui cum fundamentibus suis: id est apodeca, orreos, superato, cellario, lacare cum suo adtonito, cozina, iten alia ecclesia, item casas, orreos, cozina, lacare, cellas...»*. Vitizina, presbítero, da a Santa Engracia, en el Bierzo, diversas heredades, libros, objetos de culto y *«domos, cortes conclusas cum omni suo edificio: superato, orreo, aboteca refertorio, dormitorio, palumbare, foras in illo atrio, casas optimas, lacares cum suo addondo...»*.

Alberto Consiglio afirma, no sabemos con qué fundamento, que los presbíteros y diáconos andaluces del medievo cantaban entusiasmados, *«percutendo il tamburo»*:

*Vinum bonum et suave,*
*bonis bonum, pravis prave,*
*cunctis, dulcis, sapor, ave,*
*mundana laetitia!*

*Ave, felix creatura,*
*quam produxit vitis pura;*
*omnis mensa fir secura*
*in tua presentia.*

*Ave color vini clari,*
*ave, sapor sine pari,*
*tua nos inebriari*
*digneris potentia.*

*Ave, placens in colore,*
*ave, fragrans in odore,*
*ave, sapidum in ore*
*dulcis linguae vinculum!*



*Felix venter, quen intrabis,*
*felix lingua quen rigabis,*
*felix os, quod tu lavabis,*
*et beata labia!*

*Supplicamus: hic abunda,*
*per te mensa fit fecunda,*
*et nos cum voce iucunda*
*deducamus gaudia!*

Las noticias son vagas respecto a los vinos que alcanzaron reputación. Sabemos que, en tiempos ya menos lejanos, uno de los vinos más famosos fue el de San Martín de Valdeiglesias, celebrado por Jorge Manrique y en *La Celestina*. Antonio de Guevara lo califica de «blanco y oloroso», y Luis Zapata, «el mejor vino blanco de España». El doctor Sorapán de Rieros afirma, además, que es medicina cordial contra la melancolía. Se le llamó «vino del Santo» e incluso «vino santo» y «vino devoto». Según el erudito Miguel Herrero García, verdadera cantera de datos y a quien seguimos en esta materia, es impresionante la infinidad de citas, elogios y ponderaciones que los escritores nos dejaron del vino de San Martín. También tuvieron fama, sobre todo durante el siglo XVII, Cebreros, Carabanchel, Valdemoro, Pinto, Alcalá de Henares, Vicálvaro, Arganda y Majadahonda, entre otros. Respecto a los vinos toledanos, podemos mencionar los de Esquivias, Lillo, Yepes, Ocaña, Orgaz, Almonacid, Burguillos, Camarena y Cubas.

Entre los vinos de La Mancha los más famosos eran los «vinos de Ciudad Real» y los de la Membrilla, tinto este último, por lo que Tirso dijo de él:

La siempre enlutada y llana,
Que salta sin dar enojos,
Desde la taza a los ojos.

De los vinos de Castilla la Vieja y Galicia eran apreciados los de Coca, Vallehelado, Madrigal, Alaejos, Medina del Campo, Toro, el Bierzo, Orense y Ribadavia. La fama del vino de Toro viene ya del tiempo del *Cancionero de Baena*, y en lo que hace referencia a los de Medina del Campo dice López Ossorio, en *Principado, grandeza y caída de la noble villa de Medina del Campo*, que los «vinos de esta villa y su comarca son de fama, pues se subastan de cuatro, seis y diez años». El vino de

Orense es el que hoy conocemos por «tostado» y alternó su nombradía con el de Ribadavia, la villa del barrio judío. De este último vino se escribió:

¡Oh espuelas de Ribadavia!
¿Quién para pasar el puerto
De tanta nieve, os calzara?
Que a falta de tal almilla,
Tiritando llevo el alma.

Sus propiedades medicinales son puestas de relieve por Estebanillo González: «Acudí al remedio, y entrándome en una posada, me trajeron bizcocho y una azumbre de lo de Ribadavia, el cual, por ser mi paisano, me sosegó el tormento de la barriga.»

Hemos llegado a Andalucía. Con Miguel Herrero diremos que «ya hemos llegado a la tierra amada de Baco sobre todas las tierras del mundo». Sevilla, Córdoba, Málaga y Cádiz eran cada una un centro productor de «vinos renombrados, preciados, llevados a la Corte de España y pagados generosamente». Su fama data por lo menos del siglo XIV, pues ya hemos dicho, al tratar de la cocina, que Juan de Aviñón se refirió a ellos.

En el área de Sevilla fue célebre el de Cazalla de la Sierra, pueblo que hoy conocemos por sus aguardientes. Era de tan alta graduación que se decía: «Abrígate con una manta de Cazalla». Juan de Malara trata de él en *Recibimiento que hizo la M.M. y M.L. Ciudad de Sevilla a C.R.M. del Rey D. Philipe N.S.*

El jerez era ya conocido en el siglo XVII y afirma Herrero que se iniciaba entonces la costumbre de designar los vinos de una localidad por la viña particular en donde se cosechan; es decir, que ya comenzaban a usarse las marcas. Así, don Fernando de Zárate llama al vino de Jerez de «la Viña de Quiroga». Opina también este investigador que el jerez ya se exportaba por estas fechas a Inglaterra, y lo fundamenta en los siguientes versos de Rodríguez de Adila, quien además asegura que el jerez mejoraba al viajar por el ancho mar:

El de Jerez, que por mar la costumbre
muda, y se hace por el agua en ella
tal, que triunfa una gota de una azumbre.

Elogiaron el jerez Zárate, Juan de la Cueva, Góngora, Fernández de Oviedo, Lope, Cervantes, Quevedo y otros todavía.



El vino de Málaga era conocido por el «vino de Pedro Jiménez». La marca es, pues, ilustre. Vicente Espinel, Estebanillo González y el príncipe de Esquilache hablan con admiración del gran «Pedro Ximénez».

Había también los de Lucena, Úbeda, Baeza y Martos. Esta última localidad, según Francisco Delicado, que era de allí, producía «buenos vinos torronteses, albillos y aloques». Aloque quiere decir «rojo claro», es decir, «rosado». Asimismo, eran celebrados los de Condados, Bollullos y la Palma.

Extremadura cuenta con dos vinos. El de Cáceres y el del Guadalcanal, celebrado por Lope:

Es Guadalcanal su nombre;
su población, la primera
de la Extremadura yendo
de la Andalucía a ella.

De Aragón eran ya conocidos el Cariñena y el Longares. Se conocían también las «regaladísimas malvasías de Aragón», que no eran, naturalmente, de Aragón, sino de Cataluña. Se trataba de un vino de postre procedente de cepas de la isla de Quíos, que los catalanes, durante el imperio mediterráneo, plantaron en su tierra. El equívoco venía del nombre con que solía ser conocida la confederación catalano-aragonesa y que, como es sabido, era el de «Aragón».

Referencias a la malvasía de Sitges las hallamos en el siglo XVIII. De todos modos, los vinos catalanes eran los menos conocidos. Los levantinos se prestigiaban con los de Murviedro, Torrente y Peralta.

Por último, diremos que también era estimado un vino de la isla de Tenerife llamado «de la Vimbrera».

En esta relación de los vinos españoles hemos hecho constante referencia a la literatura del Siglo de Oro. Casi siempre ha sido la literatura buena amiga del vino, y no es de extrañar que así sea, pues la inspiración, al igual que el vino, emborracha. Estas referencias han sido siempre marginales y episódicas, y, no obstante, existe un poema casi desconocido que pasa revista a todos los vinos españoles del siglo XVI. Es un verdadero inventario, descubierto por Manuel Rodríguez Rodríguez, y se imprimió hacia 1533, aproximadamente. Su título reza así: *Coplas hechas por Alonso de Toro, sobre la abundancia del vino que Dios ha dado en el año de XXXI y en el año de XXXII.*

Lo reproducimos en parte, dado su alto interés para la localización de los vinos de España:

DICE UNO
Yo, señor, ahora he venido
de Cariñena y Longares,
y en todos estos lugares
mucho vino se ha cogido.
Pues en Aranda de Duero
y en los Homieles, dos,
tanto vino dan, por Dios,
que podéis henchir un cuero.

En Roa y en tierra de Asa
y en tierra de Fuentidueña,
en la aldea más pequeña
henchiréis la calabaza.
En Peruatos y Val de Esgueva
y en toda tierra de Curiel,
y en tierra de Peñafiel,
ya no hay pobre que agua beba.

DICE OTRO
De Portillo y Olivares
yo os daré nuevas muy buenas:
aquellas cubas están llenas
y el mosto por los lagares.
En la villa de Simancas,
Leria y San Miguel del Pino,
hallaréis de muy buen vino
un cuartillo por tres blancas.

DICE OTRO
Lobatón y Tordesillas,
Paredes y Becerril,
Campos y las nueve villas,
mucho vino y muy gentil,
Caparicia en Portugal,
y en Orense y Ribadavia,
tanto vino dan como agua,
tinto y blanco angelical.

En Villalar y Pedrosa,
Bozales y San Román,
ya no vale el vino cosa,
casi de balde lo dan;
pues en Toro, do nacistes,
hallé, a los bollos del hito,
un vino tinto bendito,
que en vuestra vida tal vistes.

En la ciudad de Zamora,
en la calle de Valvoraz,
bendita nuestra Señora,
¡qué tabernas hay asaz!
En Carasena de las Chanas
y en Carasena de Campián,
tanto de vino nos dan,
que cantamos más que ranas.

En Corrales y El Perdigón
y en la Fuente del Carnero,
aunque lleve el pobre un cuero,
lo hinchará sin dilación;
en Benialbo y en la Fuente
Cantalapiedra y Cantaelvino,
muy alegre está la gente
que cogieron mucho vino.

Villarino y la Ribera
y la villa del Fermosel,
mucho vino, en gran manera,
más suave que la miel.
En toda la tierra de Gata,
en La Torre y Robledillo,
No sabéis como abarata,
a maravedí el cuartillo.

DICE OTRO
En San Martín de Trebejo



y en San Martín de Quintanal,
vino tan angelical
que calienta el pectorejo;
en Miranda y en Valero
y también en Fuenterroble,
no le falta el vino al pobre,
aunque no lleve dinero.

En Madrigal y Ontiveros,
en la Moraña y Collado,
aunque vayan cien romeros,
les dan vino de buen grado;
en Fresno y Alaejos
y en toda tierra de Medina,
los pobres, mozos y viejos
andan llenos de cocina.

En Iscar, Olmedo y Coca
y en Santa María de Nieva,
mi calabaza la nueva
yo la henchí hasta la boca.
En Arévalo y su tierra
y Martín-Muñoz de las Posadas,
las bodegas atestadas.
Muy mucho vino se encierra.

DICE OTRO
En Cebreros y en San Martín
y en Almorox y Escalona,
hallaréis, señor, la mona
que sabe hablar en latín.
En Santaolalla y Talavera
y en el Colmenar y Arenas
cubas y tinajas llenas,
mucho vino en gran manera.

En Torrijos y Maqueda
y en La Puebla de Montalbán,
no hay hombre que beber pueda
tanto vino como dan.
Illescas, Griñón y Cubas
y la Sagra hasta Olías,
no me acuerdo yo en mis días
tanto mosto dar las uvas.

En Nabroca y en Burgillos,
en Sonseca y Ajfrín,
mi bota de seis cuartillos
henchida yo de buen vín;
en los Montes y en Orgaz,
en Mora y en Mazaraque
dan tanto zumo de agraz
que se hace el hombre zaque.

Pues en Yepes y en Ocaña,
y en Santa Cruz y Tarancón,
en el Colmenar y Chinchón,
tanto vino dan, que daña.
Parla, Valdemoro y Pinto,
en Getafe y Leganés,
dan tanto de vino tinto,
que derriba a más de tres.

Alcalá y Tordelaguna
en Talamanca y Uceda,
no hay, vasta ninguna,
que todo lleno no queda.
En Guadalajar y Hita
y en Alcarria Santorcaz,
una tierra muy bendita,
pan y vino dan asaz.

Pues el Infantazgo y Huete
y todo el mundo de Uclés
mucho vino hallarés,
que a menos vale de a siete.
En Chichilla y Albacete,
Belmonte y la Mancha toda
y Villanueva de Alcaudete.

En el Toboso y el Quitanal
y en el Campo de Criptana,

vino dan de buena gana,
en las Pueblas y el Corral;
en Lillo y El Romeral
y en Tembleque y Villacañas,
hallaréis jugo de cañas
cada noche en el hospital.

En Consuegra y Madridejos,
y en Alcázar y Villafranca,
en todos estos concejos
os darán vino sin blanca.
Almagro y Ciudad Real
y la tierra en derredor.
tanto vino dan, señor,
que a las veces hace mal.

En Manzanares, Daimiel,
y la Membrilla y la Solana
y todo el campo de Montiel
mucho vino dan por él
en Valdepeñas y el Moral,
vino tinto, angelical,
más suave que la miel.

DICE OTRO
En Cazorla y en Quesada
y en Úbeda y en Baeza,
cada noche en la posada
me dolía la cabeza;
en Vilches, Baños y Linares
y en los Castillos, de Jaén,
y en Andújar y Bailén,
buenos vinos singulares.

En Menjíbar y Calzadilla,
y en Villanueva y la Higuera
y en Arjona y Arjonilla
y en Porcuna y en Lopera
y en la Torre-de-don-Jimeno
y en Martos y en Alcaudete,
mucho vino dan y bueno;
bien podéis hacer banquete.

Pues en Alcalá y en Priego
y en Lora y en Santa Fe,
de tal suerte trasegué,
que me dormí tras el fuego.
En Antequera y Alhama,
en Luque, Cabra y Lucena,
tal me vi después de cena,
que nunca acerté la cama.
En Córdoba y en su tierra,
y en Écija y en Valcargado,
y en Duende y en Trasierra
mucho vino hay, Dios loado;
en Palma y en Peñaflor
y en la Puebla de los Infantes,
mucho vino, dan, señor.
a los pobres mendicantes.

DICE OTRO
En los montes de Fuenteovejuna,
en El Rincón y Doña Rama,
aunque pese a la fortuna,
de vino hice mi cama;
en Guadalcanal y en Cazalla,
Alanís y Constantina
tanto vino el pobre halla,
que a las veces desatina.

DICE OTRO
Pues en los Condados, dos,
y en el ajarafe todo,
mucho vino, dan, por Dios;
bien podéis alzar el codo.
En Alcalá y en Carmona,
Gandul y El Vido y Mairena,
bien podéis tomarla mona
con su maza y su cadena.

En Utrera y los Molares,
en Morón y el Arahal,



las calabazas a pares
hallaréis en el hospital;
y en Marchena y en Paradas,
y en Estepa y en Osuna
las lenguas andan turbadas
de machacar aceituna.

En Málaga, puerto de mar,
y en Cartama y Alcausín,
y en Alora y en Coín,
mucho vino hay sin dudar;
en Ronda y en Setenil
y en la Torre y en Olvera,
en Arcos, Bornos y Espera,
está la tierra muy gentil.
En Jerez, Chipiona y Rota,
y en el Puerto de Santa María,
bien podéis henchir la bota
cuatro veces cada día;
en Cádiz y Puerto Real,
en Vejer, Conil y Chiclana,
vino dan de buena gana,
que en mi vida no vi tal.

Medián, Alcalá y Jimena,
y Tarifa y Gibraltar
es la tierra tanto buena,
vino dan hasta hartar.
¿Habéis, vos, hermano, estado
en Tarifa, alguna vez?
–Sí, a la Puerta de Jerez,
y aun de vino bien cargado.

Los vinos españoles eran, desde luego, los que surtían el mercado nacional. Ahora bien, como nuestra gente se movía mucho por el mundo, sobre todo a partir de la época imperial, los soldados, diplomáticos y mercaderes regresaban a veces con la dulce compañía de una botella extranjera que regalaban o consumían en unión de alegres invitados. Se conocieron con preferencia los vinos de Italia y hay alusiones a los vinos de Lácrima, Trebiano, Moscatello, Asperino, Latino o Romanesco, Charelo, Chentola, etcétera. El de Calabria, mezclado el tinto con el blanco, parece ser que dio origen a la «calabriada».

Apreciábase también el «vino griego», con preferencia el de Candía, y el vino del Rin. Los vinos franceses no eran demasiado conocidos, pero también llegaban a España y se encuentran referencias al «vino de Borgoña», al «vino de Orliens» y al de «Forontinaga».

Durante el siglo XVIII, Felipe V impulsó el cultivo de la viña e hizo aclimatar cepas de Poitou y de Anjou. Carlos III realizó lo mismo con cepas de Borgoña, que plantó en Valdepeñas, y con cepas del Rin, que cultivó en Jerez.

Durante la guerra de la Independencia nuestros aliados, los ingleses, acabaron decididamente por aficionarse al vino de Jerez, cuya exportación masiva trajo una gran prosperidad. Este auge del vino español duró hasta 1890, año en que se declaró la filoxera. La crisis fue terrible y sólo pudo remediarse con la sustitución de los antiguos viñedos por cepas americanas.

La división territorial del área vinícola española ha sido intentada por diversos autores. Luis Antonio de Vega lo hizo, muy pintorescamente, en «taifas», «califatos», etcétera. Nosotros adoptaremos la de Joaquín Belda, que es la que nos parece más sensata, haciendo únicamente alguna ligera modificación. En ella se fijan dieciocho regiones vinícolas que, de norte a sur, son las siguientes:

1.° Albariño, Ribero y Tostado de Monterrey, en Galicia.
2.° Toro y Zamora.
3.° Valladolid, Nava del Rey y Rueda.
4.° Las dos Riojas: la alavesa y la del Ebro.
5.° Cariñena y Bajo Aragón.
6.° Cuenca del Segre.
7.° Priorato, Tierra Alta, Ampurdán y Panadés.
8.° Cuarte, de Valencia.
9.° Alicante, Monóvar, Novelda, Villena, Jumilla y Yecla.
10.° Morata de Tajuña, Chinchón, Arganda.
11.° Navalcarnero, Villa del Prado, Almorox y norte de Toledo.
12.° Cuenca.
13.° La Mancha.
14.° Cartagena.
15.° Montilla y su región: Córdoba, Aguilar, Lucena, Rute, Doña Mencía y Puente Genil.
16.° Málaga.
17.° Condado de Niebla.
18.° Jerez, Sanlúcar de Barrameda.

Estos son los vinos de España. Su variedad es grande y tendremos ocasión de comprobarlo en el curso de esta obra. Sin embargo, no hay vino que no sea rico, y así por lo menos nos lo asegura un jovial conocido nuestro, poeta a quien el tiempo y la fama han despreciado. Nos referimos a W. Ayguals de Izco, buen gastrónomo y bebedor por lo que se colige de este

SONETO BÁQUI ..............................................co
El Málaga, el Jerez, el tinto, el blan...............co
todos los bebo con ardiente ahín...................co
Si al sólo verlos de alegría brin .....................co
vive Dios que al beberlos no soy man ..........co
Jamás cuento las copas si me estan ...............co
aunque lleve en el cuerpo veinticin ...............co



pues si a la inglesa entusiasmado "trin ..........co",
de gozo y de placer bailo en un zan..............co.
Mientras quien no lo cata es un mostren......co
que ayes de mal humor exhala bron .............co
llorando su pesar como un zopen .................co
Yo me río de todo, duermo y ron .................co,
más colorado y gordo que un flamen...........co
tendido en blando lecho como un tron ........co.

### *El aguardiente*

Se conocía ya de antiguo, por lo menos desde la época de los árabes, que inventaron la destilación, pero en el año 1599 hallamos prescrito el alambique para la confección del aguardiente, como se desprende del *Libro de Alcaldes,* de 1599:

«Digo que Vuestra Alteza tiene mandado a sus protomédicos den su parecer de qué se deba hacer el aguardiente para que sea buena y no dañosa a la salud. Y el doctor Alfaro protomédico de V.A. ha dicho deberse hacer con buen vino, sin mezcla de otra cosa: y mandándole a V.A. otra vez tornarse a informar, dijo como primero había dicho, deberse hacer de buen vino, sin mezcla de otra cosa, y añadió, haberse de destilar por baño llamado María. Yo tengo hecha cantidad de aguardiente, hecha de buen vino, sin mezcla de otra cosa alguna, que es lo esencial que se requiere para la bondad della, según el parecer del doctor Alfaro, protomédico de Vuestra Alteza, aunque no por lo añadido del baño llamado María. Desta que yo tengo hecha en la forma y manera dicha, se gasta siempre en la botica de V.A. por Antonio de Espinar, boticario de Vuestra Alteza, con orden propia de los protomédicos de V.A. Habiéndoles dado noticia Antonio de Espinar de mis artificios y de la bondad de dicho mi aguardiente, sin reparar dichos protomédicos en lo del baño llamado María, ordenaron que Antonio de Espinar, boticario de V.A. se proveyese de ella para el gasto de la botica de V.A. y así se ha hecho. Ultra que dichos protomédicos también mandaron a Diego de Oviedo, boticario, me la visitase, para bien de la República, y el dicho Diego de Oviedo la visitó y dió por buena, y dichos protomédicos de V.A. también la han aprobado, como consta por testimonio de Baltasar de Sos, escribano público, que ante V.A. tengo presentado. Pido y suplico a V.A. me mande dar su licencia para que, por otras

personas, por mí, pueda vender dicha mi aguardiente de vino, sin que justicia ni otra persona alguna me lo pueda impedir, sin pena alguna; pues que está hecha cristianamente, y en la botica de V.A. se gasta. Ultra para que, en espacio de cuatro meses, la despachara, porque no me pierda yo y mi familia, y en esto hará V.A. a Dios servicio, y yo recibiré gran bien y merced de Vuestra Alteza».

Había gente que desayunaba con aguardiente, costumbre que todavía podemos hallar en nuestros días, sobre todo entre quienes deben desarrollar un gran esfuerzo físico en su trabajo. Lope de Vega canta de esta guisa el aguardiente:

> Esta agua es una cosa aprobadísima;
> Libimno Lenio escribe mil secretos;
> Mas puédese tomar de tal manera,
> Que estrague mucho el cuerpo y queme el hígado
> Poca, y a tiempo, anima y restituye
> El perdido color.

### *La cerveza*

Se cree que los pueblos primitivos conocían ya la cerveza y ciertos descubrimientos arqueológicos parecen confirmar esta creencia. De todos modos, hay constancia documental de que, en España, la cerveza se introdujo por voluntad de Carlos V, que debía de ser aficionado a la cerveza, así como los flamencos de su séquito. Los españoles tardaron en tomar gusto a esta bebida, pero a partir de 1611 funcionaban regularmente fábricas de cerveza, conociéndose el nombre de los primeros cerveceros que, naturalmente, no eran españoles. No debía de contener más que «trigo, cebada y lupio, que son los tres materiales con que ella se hace; que si otra cosa más se pusiera en ella, incurran en pena, por ser dañoso lo que más de estas tres cosas nombradas se pusiere».

El cervecero Miguel Pascual de Lamenco nos ha legado un documento en el que consta el precio de fabricación de su cerveza:

| | |
|---|---|
| Primeramente por la agua que se trae con aguadores, antes más que menos | 20 reales |
| De hierba que se dice lupio | 20 reales |
| De trigo molido, 3 fanegas, a 18 reales, son | 54 reales |
| De cebada molida, 8 fanegas, a 9 reales | 72 reales |



| | |
|---|---|
| De molerla | 10 reales |
| De leña | 60 reales |

Teófilo Gautier, en su *Viaje por España*, que realizó en 1840, informaba a sus compatriotas de que, en los cafés, se podía tomar «una botella de cerveza de Santa Bárbara con limón; pero esto exige algunos preparativos: primero presentan una cubeta y un cucharón como los de mover el ponche; luego se adelanta un camarero con una botella alambrada, que descorcha con mil precauciones; salta el tapón y se vierte la cerveza en la cubeta, donde de antemano se habrá vaciado una garrafita de limonada; se mueve bien todo, se echa en los vasos y se bebe».

### *La horchata*

La primera noticia que se tiene de ellas es de finales del siglo XVIII. En el libro de *Alcaldes de Casa y Corte*, de 1786, se lee: «Doy licencia a Vicente Casanova y José Beyo para que, en la calidad de por ahora, venda en su casa, portales de Provincia, el cuartillo de horchata de chufas, siendo de calidad y vendan». Y añade:

| | Cuartos |
|---|---|
| El vaso de medio cuartillo a | 04 1/2 |
| El cuartillo de horchata de cebada a | 07 |
| El vaso de medio cuartillo a | 03 1/2 |
| El cuartillo de agua cebada a | 05 |
| El vaso de medio cuartillo a | 02 1/2 |

Esta postura se ha de fijar en una tabla donde se pueda leer.

El antes citado Teófilo Gautier dice que «podéis entrar en las horchaterías de chufas, regentadas casi siempre por valencianos. La chufa es un tubérculo pequeño, una especie de almendra, que se cría en los alrededores de Valencia y que se tuesta, se machaca y sirve para hacer una bebida exquisita, sobre todo cuando está helada; es preparación muy refrescante».

### *Otras bebidas*

Entre las bebidas históricas debemos citar la aloja, bebida compuesta, extrañamente mezclada, de la que se ha dicho que es «herencia

probable de los árabes o préstamo recibido de los indios americanos». En el *Tratado de vino aguado,* del doctor Gerónimo Pardo, impreso en Valladolid en el año 1661, se da la receta y se dice:

«Hay tantas y tan varias recuas de aloja, como hay alojeros; pues cada uno procura componerla de modo que tenga buen gusto y sabor, y para esto poseen varios medios (propia pasión de cocineros), que sin atender a que el guisado sea bueno o malo para la salud, sólo atienden a dar gusto al gusto y lisonjear el apetito. Pero no obstante todo esto, he ajustado una receta de aloja, que juzgo es la más común, y que puede servir de norma y regla para que los curiosos añadiendo o quitando de ella lo que les pareciese, más a propósito, puedan hacer aloja en su casa, siempre que les diera gusto. La receta es ésta:

»Agua del río, treinta libras; levadura antigua, cuatro onzas; miel muy buena, tres libras; polvos de gengibre y pimienta larga, de cada uno media onza; de canela, tres dracmas; de clavo dracma y media; de nuez de especia, una dracma.

»Todo lo cual se mezcla; pero en el modo de mezclarlo y disponerlo se debe guardar el orden conveniente, que es lo que llaman «modus faciendi», cual es éste:

»La levadura se disuelve con un poco de la dicha agua, y disuelta, se junta con la demás cantidad, y luego con un palo de caña se agita y revuelve muy bien por espacio de medio cuarto de hora. Después de esto, se desatará la miel y se echará en la dicha agua, y con la misma agua se volverá a menear y revolver por más de media hora, y la espuma que hiciera se quitará de cuando en cuando. Hecho esto toda la pólvora y especias referidas se han de poner en un saquillo de lienzo delgado y limpio, el cual se coserá y atará muy bien, y luego se echará en el cántaro con todo lo demás, y entonces se revolverá otra vez fuertemente por espacio de media hora, y se quitará del mismo modo la espuma, y se le añadirán unas rajitas de limón; y de este modo, estando muy bien tapado el cántaro, se dejará cocer y reposar por ocho o diez horas, después de las cuales se colará y traspasará a algún cántaro vidriado, y se pondrá en la bodega, pozo o parte más fresca que ser pueda, y después de fría así, o en nieve, se podrá usar de ella. Y advierto que el pie, que es el taleguillo de las especias que dije, ha de quedar siempre en el cántaro que se hace la aloja, y no se ha de mezclar nunca con la que está ya colada. Y así añadiéndole de cuando en cuando más especias, y de más recado, se puede de nuevo volver a hacer aloja sobre aquel mismo pie».



También bebieron los españoles el hipocrás. Dice Miguel Herrero García que «con nombre de brebaje de botica hizo las delicias de los españoles del siglo XVII una bebida alcohólica que ofrece bastante analogías con el "cocktail" moderno. El hipocrás era sencillamente un "cocktail" de los elementos siguientes: vino añejo superior, azúcar de pilón, canela, ámbar y almizcle».

Tirso, refiriéndose al hipocrás, escribe:

Mucho puede el hipocrás
Que cierta despensa cría,
A que los cuatro condeno,
Aunque más mi ama me riña.

Por último, había la carraspada, que era un vino cocido y aromatizado, así como el agua de jazmín, el agua de anís, el agua de guindas, el agua de canela, la limonada de limón, etcétera, que se vendían en puestos callejeros.

Todas estas bebidas eran enfriadas con nieve que se traía, según los casos, del Guadarrama, de los Pirineos, de la Sierra de Ronda, etcétera, y se guardaba en pozos o envuelta en paja. En Madrid introdujo la nieve el catalán Pedro Xarquíes, de quien encontramos una cita en Quevedo:

A la rubia de aventuras,
La que se peina bochornos,
De cuyas manos Xarquíes
Llena de nieve sus pozos.

La nieve servía, asimismo, para hacer helados, y de ellos se conocían dos clases: el sorbete y la garrapiña. El sorbete era el helado semilíquido, todavía no cuajado; la garrapiña, por el contrario, estaba ya endurecida por el frío. El procedimiento para hacer helados consistía en agitar la vasija cerrada que contenía el líquido, sumergiéndola en la masa de nieve. Los médicos recomendaban tomar el helado muy despacio, para no dañar la salud, y además con la taza «penada», de boca muy cerrada, y el doctor Pardo prescribía que «el vaso con que se hubiere de beber frío con nieve debe ser de orificio y boca muy angosta y estrecha, cuales son algunas garrafillas, limetas, jarros de pico y otros semejantes instrumentos que hay para beber, de modo que la bebida vaya saliendo y bebiéndose poco a poco, y no caiga mucho de golpe, ni se beba a boca llena».

La venta de la nieve estaba reglamentada, y así vemos que el 3 de septiembre de 1619 se notificó a Xarquíes que «... los vendedores de la dicha nieve guarden los puestos antiguos y en ellos vendan la dicha nieve, y no la metan a vender en ningún portal de ninguna casa, sino que la vendan en las esquinas de las calles».

Por último diremos que el comercio estaba sujeto a inspección estrecha, como así se desprende de este curioso texto:

> «En la Villa de Madrid, a 11 días del mes de diciembre de 1645, en conformidad de lo mandado por los Sres. Alcaldes de la Casa y Corte de S.M., yo, Juan de Monzón, su escribano, oficial mayor de don Francisco Martínez, secretario de Cámara del Rey Nuestro Señor en el crimen de su Corte más antiguo, y del Gobierno de la Sala, para ajustar si el administrador de la nieve de la obligación de esta Corte se cumple con la que tiene convenida en la Sala, fui a los puestos que abajo irán declarados. El puesto de la Puerta Cerrada tenía a las nueve dadas de la mañana una sera de hielos. En el puesto de la Carrera de San Jerónimo, hacia las cuatro calles, no había nieve ni hielos a la dicha hora. En la Plazuela del Matute, a la dicha hora, no había nieve ni hielos, y al salir de puesto a hacer la diligencia, llegó el carro con hielos para el dicho puesto. Puesto de San Felipe, a la dicha hora, no había nieve ni hielos. Puesto de la Puerta del Sol, que está a la entrada de la calle de Carretas, a la dicha hora, no había nieve ni hielos; y para que de ello conste lo puse por diligencia y de ello doy fe. –Juan de Monzón».

El calor, en verano, debía de apretar fuerte bajo el cielo de Madrid, y la gente andaría por las calles sudorosa y ávida de refrescos. Los señores alcaldes, en su despacho, se pasarían el pañuelo por el rostro mientras pensaban en la garrapiña que, a la salida, se tomarían. Algunas veces debió de fallar desagradablemente eso de tomarse la garrapiña o la limonada, y desde entonces enviarían por ella a Juan de Monzón, el escribano que redactaba diligencias y levantaba actas. No hay nada que asuste tanto a un comerciante como un acta, ahora y siempre. Por esta razón, los alcaldes pudieron volver a solazarse con sus perfumados helados.



# El cocido

### *La olla, la unidad en la diversidad*

Pocas cocinas en el mundo tienen una mayor diversidad que la nuestra, en la que se alternan tres grasas fundamentales: el aceite de oliva, la manteca de cerdo y la mantequilla. De la cocina, entre mediterránea y oriental, de Mallorca, a la grasa y atlántica cocina gallega o al área de los grandes asados castellanos o de las dulzuras arábigo-andaluzas, hay unas notabilísimas diferencias. El hecho de que figuren como platos característicos españoles en cualquier carta extranjera de restaurante –por ejemplo, la del Torino, que se jacta de tener la carta más extensa del mundo–, unas elaboraciones tan diversas como el cocido, la paella, el gazpacho y el bacalao a la vizcaína, es suficiente para demostrar la riqueza de especialidades gastronómicas españolas y lo muy diversas que son entre sí.

De todos estos platos el único que es común para casi la totalidad de España es el cocido, la cumbre de la cocina de evaporación. Formas de cocido aparecen en todas las regiones: el cocido vasco, el extremeño, las variaciones de ollas gallegas, el cocido riojano, el cocido andaluz o la *pringá,* el de sota, caballo y rey, de Burgos, la sopa y *bullit* de Baleares, el cocido nupcial de siete carnes canario, la *escudella i carn d'olla* catalana, *l'olla de tres abocás* valenciana, la presa de predicador de Aragón, todos ellos variedades de una misma idea, aunque con distintos acentos.

Un hombre preocupado esencialmente por la cocina española, el tan citado primer gastrónomo literario-histórico del siglo XIX, el Doctor Thebussem, afirmaba: «El propio cocido, que parece ser el lazo de unión constitucional entre los antiguos reinos, carece aún de una forma concreta que obligue a todos». Afortunadamente, el afán centralizador del buen tratadista alfonsino no se ha realizado. Cierto que no existe una norma única y valedera para elaborar este plato, es decir, que no puede hablarse, con propiedad, de cocido español; pero no es menos cierto que existen numerosas variedades tan sabrosas como típicas. El Diccionario de la Real Academia Española intenta esta unificación.

Define así la palabra «olla»: «Vianda preparada con carne, tocino, legumbres y hortalizas, principalmente garbanzos y patatas, a lo que se añade algunas veces algún embuchado, y todo junto se cuece y se sazona. Es en España el plato principal de la comida diaria». He aquí la obra maestra de imprecisión lograda por los venerables académicos.

## *Historia de la olla*

Si bien la cocina familiar española posee en todas las regiones un plato parecido al cocido, no podemos jactarnos de haber inventado éste. De hecho, exceptuando los platos modernos de puro adorno o de refinado acierto, apenas se conoce el inventor de ningún guiso fundamental. Hemos de ir a buscar, pues, el origen de la olla, de la sopa que tan a menudo, felizmente, la precede, a la misma prehistoria. Apenas el hombre poseyó el dominio del fuego, debió de ocurrírsele inventar un recipiente en el cual, con el añadido del agua, se cocieran las duras carnes de la caza que se proporcionaba penosamente.

Es evidente que los inicios de la alfarería van unidos a la invención de la olla y, con ella, a la fabricación de caldos para beber y carnes, hervidas y algo disgustadas, para comer. Como es sabido, la alfarería tiene su comienzo en algún momento del período neolítico, y de ahí podríamos pensar que nace el primer puchero. Sin embargo, el profesor Hallam L. Movius, que ha estudiado las cuevas prehistóricas perigordinas, afirma haber encontrado una amplia serie de cantos rodados, en su mayoría resquebrajados por el calor. Parece ser que estas piedras, previamente calentadas, se introducían en un líquido, contenido en una calabaza, para calentarlo. Es decir, se trata de un primer procedimiento, anterior, naturalmente, a la invención de la alfarería.

Curioso se nos antoja que sea en el Perigord, en su rico acervo arqueológico, donde se hallen estas invenciones. Conocemos bien el Perigord, sede de la mejor cocina francesa. En Les Eyzies, precisamente donde se hallaron los cantos rodados cocedores, se encuentra un restaurante, el Cro-Magnon, de nombre escalofriante y gloriosa memoria. ¡Sus trufas al rescoldo, señor, las negras, las perfumadas trufas!

## *El caldo negro de los espartanos*

El primer caldo del que se tiene noticia histórica es el célebre plato único que el severo legislador Licurgo –de cuya existencia se ha dudado, pero que nosotros hemos de admitir, por lo menos– impuso a los espartanos en el siglo VI antes de Jesucristo. Aunque Esparta ha pasado a la historia como ciudad de una austeridad estremecedora, no siempre fue así. En el siglo VII antes de Cristo, Esparta era un centro cultural de primer orden, como lo sería Atenas en el siglo V o Corinto en el II antes de Cristo. Allí acudían músicos, juglares y artistas de toda especie.

El espartano era hospitalario y celebraba suntuosos banquetes. Ello le llevó, según parece, a esa decadencia que los historiadores antiguos, con su moralidad, consideraban lógica, y apareció entonces un legislador, el drástico Licurgo, que reaccionó contra este lujo excesivo e instauró el régimen de austeridad que ha hecho famosa a la rival de Atenas.

Una de las características de este régimen piadoso, militar, grave, es la sobriedad: su idea fue la muy siniestra de establecer un plato único cuya composición, según parece, estaba severamente reglamentada por la ley. Esta monstruosidad hizo que se crearan cocinas y comedores municipales. Al principio de cada mes, los ciudadanos aportaban los magros productos de la tierra, sobre todo harina y vino, pues Licurgo, con muy buen criterio, no se atrevió a suprimir el vino, a pesar de ser tan austero. Gracias a esta contribución, el ciudadano tenía derecho a tomar parte en la comida comunitaria que se establecía generalmente en mesas de quince. Allí se servía el célebre caldo negro, el bodrio, que ha pasado a la historia con terribles acentos. El lúgubre caldo negro de Esparta ha trascendido la literatura griega y ha llegado a nuestro tiempo como uno de los productos más aterradores de la gastronomía. Tiembla el blando poeta de las islas o el grave pensador ateniense o el lírico de la Magna Grecia cuando citan la negra sopa lacedemonia.

En el siglo XIX, el escritor francés Anatole France, después de leer muy atentamente a los poetas griegos y declararse amador de la filosofía que encierran algunos de los goces helénicos, llegó a afirmar que la base del heroísmo de los espartanos no era otra que una pura repulsión gustativa. El burlón France afirmaba que los espartanos se lanzaban a la guerra y a la muerte con la idea fija e imborrable de que, si sobrevivían, debían retornar a Esparta y volver a comer el horrible caldo. Mejor morir, pensaban. Sea como fuere, la receta exacta de la sopa negra nos es desconocida. En las marmitas comunales hervían, confusos, una serie de elementos –carne y vegetales– junto con la sangre de los animales y especias, incluso un grano, frivolidad única, de mostaza.

Parece ser que el caldo espartano fue un caldo hecho con sangre y en ello coinciden muchos eruditos. Posiblemente fuera un caldo ritual elaborado con la sangre de los antiguos animales totémicos. Repetimos que no se conserva la receta, gracias a Dios. Pero una dama del siglo XVIII, una insensata helenista que afirmaba tener revelaciones, Madame Dazier, se vio favorecida por un éxtasis, en el transcurso del cual se creyó trasladada, por mágicas artes, a las duras riberas del Eurotas espartano. Conoció entonces, por inspiración, la receta exacta del caldo negro. Llevada por su entusiasmo, lo confeccionó en sus fogones y lo ofreció a sus amigos. Todos creyeron morir y se doblaban por las esquinas, presos de horribles retortijones. Poco le faltó a la citada Madame Dazier para ser lapidada, como lo fue, en sus postrimerías, Licurgo, quien, al cabo de unos años de someter a los espartanos a esta tiranía alimenticia se vio apedreado y expulsado ignominiosamente de Esparta. La coacción alimenticia no se soporta durante mucho tiempo. Conocemos Esparta. ¡Qué triste, qué provinciana, qué melancólica ciudad! Desde que los tebanos vencieron a Esparta nadie parece haber reído allí ni haber comido sólidamente. Los espartanos crearon un estado lógico y castrense. Poco queda de ellos. Sólo un triste museo, sin nada trascendente, cuatro estelas, muy pocas inscripciones. Y una tremenda, abrumadora leyenda de la sopa negra, sangrienta, oscura y espesa.

Digamos de paso que las sopas de sangre se mantienen en muchos países de Europa: en Polonia, en Rumania, en Suecia. A los autores de este libro les emociona que se consuman sopas en Transilvania, país de vampiros, *gourmets* de sangre; Juan Perucho escribió una novela sobre ellos y Néstor Luján la leyó con deleite y afición. Hemos probado la sopa sueca, la célebre *swartsoppa* con la que se conmemora el 11 de noviembre, que es el día de Martín Lutero. La sangre fresca y nutricia de la oca empurpura y luego entenebrece exquisitamente este manjar nórdico. La sangre es en todos estos casos, invariablemente, de volátil, generalmente de oca. Y añadamos, aunque ya no tengan la misma composición, que hemos tomado varios pucheros en Galicia, con una especie de pelotas hechas de sangre de pollo.

Esparta es, pues, el primer país que fabrica un plato único a base de la cocina de evaporación en una marmita. Seguir la evolución de la cocina de evaporación es algo que rebasaría las obligadas limitaciones de este libro, aunque luego nos referiremos a los platos parecidos que coexisten hoy, en Europa, con el cocido. Nuestro propósito es, pues, hablar de los cocidos actuales y de su directo antecesor, la olla podrida.





Nos encontramos, ante todo, con que la riqueza de las cuatro lenguas peninsulares convierte en términos casi sinónimos diversas palabras de procedencia distinta. Por otra parte, en la mayoría de casos, el recipiente da el nombre al plato. Así, en catalán, la *escudella,* que es el primitivo recipiente en donde se servía la sopa, ha dado su nombre a todo el plato, que se compone de dos vuelcos: *escudella,* que es la sopa, y *carn d'olla,* que son las viandas y las legumbres y hortalizas, siendo el nombre general *bullit* («hervido»), que casi se ha perdido en el uso corriente. En otras regiones, un plato antiguo, quizá púnico, llamado «puches», dio su nombre al recipiente en que se confeccionaba: el puchero; como, más tarde, el cocido se hirvió en el puchero, ha resultado que a aquél se le ha denominado «puchero».

Empecemos por la etimología de «olla». Ésta es la más sencilla, pues viene del latín *olla,* que quiere decir, aproximadamente, lo mismo que en nuestro castellano. La palabra «olla», que ha pasado también de significar un recipiente para cocer a indicar el plato elaborado con él, llegó al francés en el siglo XVII, cuando dos reinas, Ana de Austria y María Teresa de Austria, casaron con Luis XIII y Luis XIV, respectivamente. Estas reinas llevaron a la Corte de Francia el plato y la palabra. El plato ha desaparecido de las minutas galas, pero la palabra se ha transformado y en francés la olla se llama *oille.* O sea, que esta palabra no procede, en este caso, del latín, sino del español.

«Cocido» viene del latín *coquo, cocere,* en su participio pasado *coctus,* y esta etimología no tiene más complicaciones.

«Escudella», que según el diccionario es una vasija ancha como de media esfera, que se emplea para hervir la sopa, proviene del latín *scutella,* que quiere decir «copita» y, también, «bandeja». En catalán ha dado la palabra *escudella.* En castellano, «escudilla», que se emplea en Asturias, Canarias y Cuba, más que en Castilla. Tanto en Canarias como en Cuba también tiene esta palabra la acepción de «taza».

En cuanto al «puchero», procede de *puls,* sustantivo latino que viene a ser lo mismo que «gachas». De *puls* procede la palabra «polenta», que en la época clásica era la harina cocida de cebada y la de maíz hoy. El Diccionario de Covarrubias, del siglo XVII, lo define como «un género de guisado de harina y azeyte de que usaron mucho los Antiguos, antes que se hallase la invención del pan». Covarrubias, el canónigo conquense, copió esta definición, punto por punto, de Plinio el Viejo. Así son los puches castellanos, y así eran los latinos, a los que en ocasiones se añadían ingredientes de mayor fantasía, como

huevos o miel. Según hemos señalado, el recipiente para hacer las puches fue el puchero, y en el puchero de barro se condimentaba adicionalmente el cocido, por lo cual en muchas regiones se llama al cocido, «puchero».

La palabra «sopa» tiene una etimología germánica. Sopa puede ser evidentemente el producto del cocido o bien algo totalmente independiente, de lo cual es ejemplo la socorrida sopa de ajo. Sopa significó exactamente, en su origen, «pedazo de pan empapado en un líquido», y viene del antiguo alemán *Sufan*, que quiere decir «sorber». Del antiguo alemán de los invasores bárbaros pasa al bajo latín y se forma la palabra *Suppa*, que aparece, por vez primera, escrita en el sentido de pedazo de pan empapado en un líquido, en el siglo VI, en un manuscrito de Rávena. *Suppa* da el castellano «sopa», el francés *soupe*, el inglés *soup*, el neerlandés *sope* y el alemán *Suppen*. De la misma forma antigua *Sufan* viene el verbo alemán *Saufen*, que quiere decir «tragar y oler».

El significado primitivo de «sopa» es el de corteza de pan o rebanaditas, a las cuales se vierte un caldo caliente. Por extensión, ha pasado luego a designar a todos los alimentos líquidos, especialmente a los que se comen con cuchara. Ello nos recuerda la célebre anécdota del bufón de un rey nuestro, a quien en cierta ocasión le quitaron la cuchara y el mayordomo exclamó con voz de trueno: «¡Quien no coma la sopa es un sinvergüenza!». El bufón, que era hombre de ingenio vivo, no se le ocurrió beberse el caldo sino que, ayudándose del pan, comió la sopa y su contenido, con bella diligencia. Cuando hubo terminado, dijo, a su vez, con voz estentórea: «¡Sinvergüenza es ahora el que no se coma la cuchara!». Y al punto se engulló el pedazo de pan que él había empleado, en medio de los aplausos y las risas de los comensales.

Hasta la popularización de la cuchara, la sopa no adquirió carta de naturaleza gastronómica, porque o tenía que ser caldo y beberse o tenía que ser un bodrio que pudiera comerse como un alimento semisólido.

*La olla podrida, aquel platonazo...*

Resulta evidente que desde tiempos muy antiguos se hicieron en todas las regiones españolas cocidos pobres; sin embargo, el plato célebre durante siglos fue la olla podrida. Este plato nos dio a conocer, en el extranjero, como país no desdeñable gastronómicamente.



Así, en el *Diccionario de cocina francesa*, publicado en 1866, se afirma lo siguiente: «Debemos a España no sólo las ollas podridas, convertidas en el *pot-au-feu*...». A riesgo de parecer poco patriotas nos parece una necedad. Su *pot-au-feu* es anterior al siglo XVII, cuando las reinas llevaron la olla a Francia. El hecho de que el francés, además de ser maestro en la cocina, sea tan chauvinista, nos ha de acicatear a imitarle en maestría, no en patrioterismo.

¿Qué era, en los siglos pasados, una olla podrida? Covarrubias, en el siglo XVII y en su obra *Tesoro de la Lengua Castellana*, la define así: «La que es muy grande y contiene en sí varias cosas, como carnero, vaca, gallinas, capones, longaniza, pie de puerco, ajos, cebollas, etc. Púdose decir podrida en cuanto se cuece muy despacio, que casi lo que tiene dentro viene a deshacerse y por esta razón se pudo decir podrida, como la fruta que se madura demasiado». Sancho Panza habla en varias ocasiones de las ollas podridas «que mientras más podridas son, mejor huelen». El golosazo –así le increpaba Don Quijote– decía, ya de gobernador de la ínsula Barataria: «Aquel platonazo que está más adelante vahando me parece que es olla podrida que por la diversidad de cosas que en las tales ollas hay no dejaré de topar con alguna que no sea de gusto y de provecho». Se la quita de las ávidas narices el doctor Pedro Recio de Tirteafuera, bajo la especie de que tal plato plaosero es para los canónigos o para los rectores de colegios o para las bodas labradorescas, jamás para gobernadores. Miente el bellaco medicastro: lo fue también para las mesas reales. Así, el padre Cristóbal de Fontseca, en *La vida de Cristo*, escribe: «Verás al rey cenando la olla podrida y treinta platos encima». Efectivamente, el *Arte de cocina, pastelería y vizcochería*, compuesto por don Francisco Martínez Montiño, cocinero mayor del rey, la pone muy y muy distinguida en su tratado. He aquí cómo discierne sus ingredientes:

> «Has de cocer la vianda de la olla podrida, cociendo la gallina, vaca, carnero, un pedazo de tocino magro y toda la demás volatería, como son palomas, perdices y zorzales: solomo de puerco, longaniza, salsichas, liebre y morcillas; todo esto ha de ser asado primero que se echen a cocer. En otra vasija ha de cocer cecina, lenguas de vaca y de puerco, orejas y salchichones; del caldo de entrambas ollas echarás en una vasija, cocerás allí las verduras, berzas, nabos, perejil y yerbabuena».

Pero mejor es lo que nos dejó dicho Lope de Vega, en el acto II de *El hijo de los leones*, a través de un gracioso diálogo:

JOAQUÍN: Y, ¿qué tenéis que le dar?

BATO: Una reverenda olla
A la usanza de la aldea
Que no habrá cosa que coma
Con más gusto cuando venga;
Que por ser grosera y tosca,
Tal vez la estiman los reyes
Más que en sus mesas curiosas
Los delicados manjares.

JOAQUÍN: Me conformo con la olla.
Píntame el alma que tiene.

BATO: Buen carnero y vaca gorda;
La gallina que dormía
Junto al gallo, más sabrosa
Que las demás según dicen.

JOAQUÍN: Me conformo con la olla.

BATO: Tiene una famosa liebre
Que en esta cuesta arenosa
Ayer mató mi Barcina
Que lleva el viento en la cola
Tiene un pernil de tocino,
Quitada toda la escoria,
Que chamusqué por San Lucas.

JOAQUÍN: Me conformo con la olla.

BATO: Dos varas de longaniza.
Que compiten con la lonja
Del referido pernil;
Un chorizo y dos palomas...
Y sin questo, Joaquín,
Ajos, garbanzos, cebollas
Tiene, y, otras zarandajas.

JOAQUÍN: Me conformo con la olla.



Como puede verse, en ambas fórmulas triunfaba la liebre, aunque había también una olla podrida a base solamente de liebre y cerdo. Las zarandajas que salen en el verso de Lope de Vega no eran otra cosa que verduras del huerto. Zarandajas habían sido llamados antes los granos y semillas para alimento del ganado, luego lo fueron las verduras de la huerta, como acelgas, cardos, y finalmente verdolagas, cosas deleznables, es decir, naderías.

Notemos que entre la fórmula de Martínez Montiño y la de su contemporáneo Lope de Vega hay una diferencia, que es la aparición del garbanzo.

### *Algunas consideraciones sobre el garbanzo*

La nota común de casi todos los cocidos de la nación es el garbanzo. Como es bien sabido, el garbanzo, «la cebada racional», como la llamó el padre Stephanus Rodericus en su inhallable libro *De Potu*, es de origen cartaginés y fueron los cartagineses quienes lo trajeron a la península. A los romanos el garbanzo les inspiraba el mismo menosprecio en que hoy lo tienen los franceses, y en general, todos los países europeos. En los suburbios de la Roma imperial se exhibía a un esclavo cartaginés, con cara de tonto, comiendo garbanzos, y la gente se moría de risa con sólo verle. No olvidemos tampoco que uno de los personajes más cómicos del teatro de Plauto es el célebre Pultafagónides, que significa exactamente «el comedor de garbanzos». La leyenda quiere que el garbanzo lo introdujera en España el general púnico Asdrúbal. Como no toleraba que en tiempo de paz sus tropas corrieran los peligros que engendra el ocio, les hizo practicar la agricultura, y cerca de Cartagena empezó a cultivarse el garbanzo. Allí trabajaron los duros guerreros la tierra contigua a la población que los romanos llamaron Cartago Nova y nosotros Cartagena. Cercano a Cartagena hubo un pueblo que hasta el siglo XIX se llamó Garbanzal: se unió luego con otro llamado Nerverías, para formar lo que hoy es La Unión, significativo de su doble origen. Lo curioso es que el mejor garbanzo no sea murciano, sino castellano. El más afamado es el de Fuentesaúco. Sólo por envidia decían los pueblos limítrofes: «El garbanzo y el buen ladrón, de Fuentesaúco son». Desde entonces esta legumbre ha sido alimento de la gente humilde, y en época no lejana se añadió al cocido.

Martínez Montiño no se atrevió, quizá por estar investido de la pedantería de cocinero real, a ponerlo en su receta, pero Lope de Vega,

que interpretaba al pueblo, sí lo hizo, y desde entonces forma parte de casi todas las formas de nuestros cocidos ibéricos, amén de una serie de potajes y guisados. Nuestra palabra «garbanzo» viene del mozárabe *arbanço* y adquirió la *g* por influjo de varias legumbres, como la garroba (algarroba) gálvana, que es una especie de guisante. La palabra *arbanço* es de origen incierto, aunque es probable que venga de una lengua indoeuropea, quizá prerromana. Digamos, aunque sea de paso, que la voz catalana *cigró* viene directamente del latín *cicer.* Bien sabido es que Cicerón llevaba este sobrenombre porque tenía en la nariz una gran verruga agarbanzada. De *cicer* procede el italiano *cece* y de esta palabra italiana la francesa *pois chiche,* por la atracción fonética de este *cece* italiano que, como es natural, se pronunciaba *cheche.*

### *La estilización de la olla*

La pobreza de nuestros siglos XVII y XVIII no permitía que la olla fuese siempre de la opulencia barroca que nos especifica Martínez Montiño, o de la que ponderan los personajes del diálogo de Lope de Vega, que ya transcribimos en páginas anteriores. En el mismo *Quijote* se advierte la diferencia. Don Quijote, hidalgo de estrecha hacienda, comía normalmente «olla con más vaca que carnero», según Cervantes dice, en las primeras páginas, para puntualizar, y añade que aún aprovechaba el ama la vaca para hacer con ella, por la noche, un salpicón. Bien se desprende que en aquella época era más barata la carne de vaca que la de carnero, aunque dudamos que aquélla fuera fresca, pues no imaginamos que, en un pueblo de La Mancha, se sacrificara diariamente vaca. Cervantes pone como contrapunto a la honesta estrechez del hidalgo las soberbias ollas de las bodas de Camacho, el propietario rico. No podemos resistir la tentación de copiar el sabroso párrafo:

> «Todo lo miraba Sancho Panza, y todo lo contemplaba, y de todo se aficionaba. Primero le cautivaron y rindieron el deseo las ollas de quien él tomara de bonísima gana un mediano puchero; luego le aficionaron la voluntad los zaques; y últimamente las frutas de sartén, si es que se podían llamar sartenes las tan orondas calderas; y así, sin poder o sufrir ni ser en su mano hacer otra cosa, se llegó a uno de los solícitos cocineros, y con corteses y hambrientas razones le rogó le dejase mojar un mendrugo de pan en una de aquellas ollas. A lo que el cocinero le respondió:
>
> »–Hermano, este día no es de aquellos sobre quien tiene jurisdicción el hambre, merced al rico Camacho. Apeaos y mirad si hay por ahí un cucharón, y espumad una gallina o dos, y buen provecho os hagan.
>
> »–No veo ninguno –respondió Sancho.
>
> »–Esperad –dijo el cocinero–. ¡Pecador de mí, y qué melindroso y para poco debéis de ser!
>
> »Y diciendo esto, asió un caldero, y encajándolo en una de las medias tinajas, sacó de él tres gallinas y dos gansos, y dijo a Sancho:
>
> »–Comed, amigo, y desayunaos con esta espuma, en tanto que se llega la hora del yantar.
>
> »–No tengo en qué echarla –respondió Sancho.
>
> »–Pues llevaos –dijo el cocinero– la cuchara y todo; que la riqueza y el contento de Camacho todo lo suple».



Un ejemplo de la extrema pobreza de las ollas es –también en el siglo XVII– la descripción de la olla que ofrece a sus pupilos el dómine Cabra en el *Buscón,* de Quevedo. Este gran poeta del hambre –el segundo del mundo, porque el primero escribió el *Lazarillo de Tormes*– lo cuenta así:

> «Sentóse el Licenciado Cabra y echó la bendición; comieron una comida eterna, sin principio ni fin; trajeron caldo en unas escudillas de madera, que en comer una dellas peligraba Narciso más que en la fuente. Noté con la ansia que los macilentos dedos se echaban a nado tras un garbanzo huérfano y solo que estaba en el suelo. Decía Cabra a cada sorbo: "Cierto que no hay tal cosa como la olla, digan lo que dijeran; todo lo demás es vicio y gula". Acabando de decirlo, echóse su escudilla a pechos, diciendo: "Todo esto es salud y otro tanto ingenio". ¡Mal ingenio te acabe!, decía yo entre mí, cuando vi a un mozo medio espíritu, y tan flaco, con un plato de carne en las manos, que parecía la había quitado de sí mismo. Venía un nabo aventurero a vueltas, y dijo el maestro: "Nabos hay. No hay para mi perdiz que se le iguale: Coman; que me huelgo de vellos comer". Repartió a cada uno tan poco carnero, que en lo que se les pegó en las uñas y se les quedó entre los dientes pienso que se consumió todo, dejando descomulgadas las tripas de participantes. Cabra los miraba, y decía: "Coman; que mozos son, y me huelgo de ver sus buenas ganas"».

El siglo XVII y, sobre todo, el XVIII, traen a la cocina española y, a través de ella, a la europea, nuevos productos fundamentales: la patata, el tomate, la guindilla, el pimentón y el chocolate. De todos ellos era aprovechable, singularmente para el cocido, la patata, que como todos estos productos viene de las Indias. La primera vez que se escribe la palabra «papa» -que en quichua quiere decir «patata»- es en 1540. La palabra «patata» se hibrida del cruce de papa con batata, o sea patata dulce, aunque en algunas partes de España, y singularmente en América, continúa llamándose «papas» a las patatas. En Francia, la boga de la patata llegó mucho más tarde: en las postrimerías del siglo XVIII, cuando Parmentier la impuso, durante el reinado de Luis XVI, y la popularizaron las hambres de la Revolución francesa.

En España, con la ascensión de los Borbones al trono en el siglo XVIII, la olla podrida pasa de ser un plato aristocrático a ser un plato popular. Entonces ya no aparece a menudo en las mesas reales, que andan al ceremonioso compás de Francia, pero sí, en cambio, en las mesas burguesas o en las fiestas de bodas populares. A principios del siglo XIX, José de Urcullu, teniente del regimiento de infantería de León, publica un libro titulado *La gastronomía y los placeres de la mesa,* en el cual explica este delicado placer que es la olla:

Ya la sopa presentan en la mesa,
de excelente comida anuncio cierto,
dorada, sustanciosa, ¡oh cual exhala
el olor de la vaca y de torreznos!
Juego de vegetales es su caldo,
y de gallina menudillos tiernos,
acompañada con ligera escolta,
de platillos hermosos, cuyo objeto
es mover suavemente los sentidos,
y abrir el apetito casi muerto.
Con pompa y majestad, tras de la sopa
una podrida olla va viniendo,
do deben descubrirse confundidos
la gallina, el chorizo y el carnero,
el jamón y la vaca entre el garbanzo
acompañados de tocino fresco.

Hasta la época de la Restauración no hay un sincero esfuerzo para que la olla podrida vuelva a la mesa de Alfonso XII. En el libro editado en 1888, escrito por el Doctor Thebussem y «Un Cocinero de su



Majestad», titulado *La mesa moderna,* se defiende brillantemente la reaparición, en la mesa real, de la olla podrida. El Doctor Thebussem aboga por esta aparición viendo en ella, incluso, una ventaja política; es decir, la simbólica asociación, en un plato único, de productos de casi todas las zonas y latitudes de la península ibérica. Consigue que Alfonso XII pida, en 1876, la olla podrida para su banquete de cumpleaños.

La olla de aquel momento es la que Larra nos describe donosísimamente en aquel incómodo y familiar convite de su artículo *El Castellano Viejo.* El castellano viejo invita a Larra a una comida que es la caricatura de los ágapes de la clase media madrileña de principios del siglo XIX. El pelma Braulio, su anfitrión, gárrulo abominador de las cortesías antiguas, se sienta el primero y dice:

> «¡Sin etiqueta, señores! Y se echó el primero, con su propia cuchara. Sucedió a la sopa un cocido surtido de todas las sabrosas impertinencias de este engorrosísimo aunque buen plato; cruza por aquí la carne, por allá la verdura, acá los garbanzos, allá el jamón, la gallina por la derecha, por medio el tocino, por la izquierda los embuchados de Extremadura».

Aunque sea apartarnos del tema, digamos lo que siguió a este cocido, verdadero peristilo de una comida desordenada y pantagruélica. Según parece, la única cosa sabrosa fue el cocido, buena señal de que la esposa de Braulio lo tenía de su mano. Y continúa Larra:

> «Al cocido siguió un plato de ternera mechada que Dios maldiga y a este plato otros, otros y otros, mitad traídos de la fonda, que esto basta para que excusemos hacer su elogio, mitad hechos en casa por una vizcaína auxiliar tomada al intento para aquella festividad, y por el ama de casa que en semejantes ocasiones debe estar en todo y por consiguiente no suele estar en nada».

Estos platos contenían pescado nada fresco y pichones algo quemados; un pavo más bien duro; un estofado un tanto ahumado; unas magras de tomate y un capón o gallo, en cuya discriminación Larra no acertó, pero que en el esfuerzo de trincharlo escapó y se posó sobre una salsera, manchando el chorro de salsa que brotó de ella la limpia camisa del escritor. La comida fue tan abundante como escasa lo era cotidianamente.

Un viajero por España, Richard Ford, en su libro *Gatherings from Spain,* publicado en 1845, habla de la olla en los siguientes términos:

«El cocinero tiene que poner sus cinco sentidos en el puchero o en los pucheros, pues es mejor hacerlo en dos. Tienen que ser de barro, porque, como el *pot-au-feu* francés, el plato no valdrá nada si se hace en un cacharro de hierro o de cobre; se tomarán, por tanto, dos, y se pondrán al fuego con agua. En el número uno, se echarán garbanzos que hayan estado en remojo toda la noche, un buen pedazo de carne de buey o vaca, un pollo y un gran trozo de tocino, y se hará que cueza de prisa un rato, y después se apartará para que siga hirviendo a fuego lento; necesita cuatro o cinco horas para estar bien hecho. En el número dos, se ponen con agua cuantos vegetales se hallen a mano: lechugas, coles, un pedazo de calabaza, zanahorias, judías, apio, escarola, cebollas, ajos y pimienta larga. Todas estas cosas han de lavarse muy bien, previamente, y picarse como si fueran para ensalada; después se añadirán chorizos y un pedazo grande de cabeza de cerdo salada, que habrá estado en agua toda la noche. Cuando todo está cocido suficientemente, se escurre muy bien el agua y se tira. Hay que cuidar de quitar la espuma de los dos pucheros. Una vez cocido todo, se apareja una gran fuente, y en el fondo se ponen las verduras, y en el centro, la carne, acompañada del tocino, el pollo y la cabeza de cerdo. El chorizo se colocará alrededor, formando corona, y todo se rociará con caldo del puchero número uno, sirviéndolo muy caliente».

Tal es, más o menos, el estado del cocido en el siglo XIX. Pocas variaciones experimenta, como gran plato de restaurante, en el siglo XX. Los cocidos regionales, en cambio, van adquiriendo peculiaridades propias de la idiosincrasia del país, de su mayor o menor riqueza, de su agricultura y ganadería. Sólo la prisa desmedida y el encarecimiento de la vida han podido desterrar de la mesa cotidiana tan sabroso plato.

### *Los cocidos en el resto de Europa*

El *pot-au-feu* se encuentra ya en la Alta Edad Media, en Francia, y posiblemente tiene su origen en los antiguos cocidos romanos. La palabra *pot-au-feu* viene del latín popular *pottus* y su etimología latina no hemos conseguido saberla. Ya en la Edad Media, al cocido se le llamaba simplemente *pot,* sin perjuicio de conocerlo también por «marmita» o por «olla». En el siglo XVII, con la llegada a la Corte de las princesas españolas que gustaban de la olla podrida ibérica –Ana de Austria, esposa de Luis XIII, y su sobrina y nuera María Teresa,



esposa de Luis XIV–, es indudable que el *pot-au-feu* se enriqueció, a pesar del horror que a los cocineros clásicos franceses les producía la barroca disparidad de nuestra olla podrida.

Aunque sea una digresión, como afecta a la cocina española, esperamos que nos será permitida. Ana de Austria es bella, nada querida de su pueblo, enamoradiza, muy nostálgica de la cocina que dejó. Con ella entra en la corte la olla podrida. Su nuera María Teresa, esposa de Luis XIV, menos inteligente, está todavía más apegada a sus recuerdos infantiles. Lleva a París una doncella o guisadora llamada la Molina. En las memorias de Mademoiselle de Montpensier se critica a la cocinera y a la reina que era, en verdad, poco atractiva: «Tenía unos dientes negros y cariados porque comía constantemente chocolate, según unos; porque frecuentemente comía ajo, según otros». Luego añade la rencorosa princesa –quiso casar con su primo Luis XIV– que la Molina «apacigua el hambre de su señora dándole para merendar unos pasteles fríos, preparados con carne picada, fuertemente sazonada y encerrada en una pasta *feuilletée...*».

Se trataba, pues, de bellas aportaciones a la cocina francesa: el chocolate, la olla –no el *pot-au-feu*–, el hojaldre. ¡Qué ingrata la señorita de Orleans, duquesa de Montpensier, llamada también la Grande Demoiselle, odiada por su primo porque, durante la guerra de La Fronda, un artillero bajo su mando cañoneó a las tropas realistas!

Algo más dejaron las princesas españolas: la célebre medianoche, la comida que se tomaba después de la medianoche de un día de vigilia, en el mismo momento que cesaba la abstinencia. Luis XIV se aficionó a estas comidas y se llegó a servirlas cualquier día de la semana. La palabra *médianoche* –acentuada así para no pronunciar la *medianoché*– fue común en la prosa –la mejor que ha producido Francia– de los siglos XVII y XVIII. Madame de Sévigné la usaba con fruición. Hoy ha sido sustituida por el socorrido *souper.*

El *pot-au-feu* fue la comida esencial de la familia francesa durante siglos. En el trance de la Revolución, el vizconde de Mirabeau, hermano del gran tribuno, veía en el *pot-au-feu* popular una de las bases de la monarquía. Así lo afirmó con voz tronitosa.

Sea como fuere, el *pot-au-feu* tradicional se preparaba con carne de buey y las legumbres pertinentes. Este es, sobre todo, el *pot-au-feu* del norte y centro de Francia. De él se separaba el caldo, llamado «consomé blanco». La costumbre de tomar por separado el caldo y la carne viene del Renacimiento, del siglo XVI exactamente. En el sur de Francia, el *pot-au-feu* era más complicado: a la carne de ternera o buey añadían, como se hacía en España, carne de cerdo, jamón y embutidos,

y en la parte de Toulouse el *confit-d'oie,* la deliciosa carne de oca salada. Este cocido se parecía más a los usos y costumbres españoles, aunque sin llegar a la fabulosa diversidad de ingredientes de la olla podrida, madre del cocido clásico castellano actual.

Otra variante del *pot-au-feu,* de acento gascón, es la *poule-au-pot.* El éxito de la *poule-au-pot* viene de la época de Enrique IV, cuando el monarca bearnés sube al trono. Después de las guerras de religión que asolaron al país de norte a sur y de este a oeste, la obra de pacificación de Enrique IV encontró un personaje considerabilísimo en su primer ministro Sully y en el teorizador de la alimentación tradicional y de la riqueza agraria del campo francés, Olivier de Serres. Olivier de Serres, autor del célebre libro *Théâtre, de l'agriculture et ménage des Champs,* publicado en 1600, incita a los franceses al cultivo de los campos, a permanecer en sus tierras y a perfeccionar los métodos de cultivo. Al extraordinario aventurero que fue Olivier de Serres debe la gastronomía francesa –y, de hecho, la cocina de todo el mundo civilizado– la presencia de las legumbres frescas. Estas legumbres se presentan con toda brillantez en el gran plato popular de Gascuña, la *poule-au-pot,* que es la gallina rellena o acompañada de cerdo fresco, carne de ternera y jamón de Bayona.

Volviendo al *pot-au-feu,* hemos de decir que permanece inmutable en toda la cocina francesa hasta nuestros días. Cuando a finales del siglo XVIII se empiezan a instalar en París los restaurantes que sustituyen a las antiguas hostelerías, se rinde homenaje al gran plato tradicional del pueblo francés, y en el Quai de la Vallée o de la Volaille, hoy des Grands Augustins, se instala A la Marmite Perpétuelle. Esta institución del Quai de la Vallée, «verdadero valle de Josafat para todos los animales de pluma», estaba situado al lado del mercado de volatería y se caracterizaba por una gran olla que no paraba de hervir día y noche, y en la cual cocían capones y carne de buey. El aviado cocinero, cuando retiraba una cantidad de carne, la sustituía por otra de igual peso. El gastrónomo Grimod de la Reynière afirmaba: «Están tan cerca de esta marmita los capones, que es lo más fácil del mundo sustituirlos. En 86 años, tiempo que la marmita lleva funcionando, calculo que han entrado en ella medio millón de capones». En aquella época, casi todos los restaurantes de París tenían como plato básico el *pot-au-feu.* Hoy los tiempos han variado y pocos cocineros lo presentan, aunque sigue siendo un plato familiar, sobre todo en el campo.

Lo que sí se encuentra, en una versión en tono menor, es la sabrosísima *petite marmite,* cazuela con pollo, buey y legumbres, que popularizaron los grandes restaurantes del Segundo Imperio.



Bélgica, vecina de Francia, nos ofrece el *hochepot* de Gante, que tiene una clara relación con el *pot-au-feu* francés. Por otra parte, la palabra es francesa y aparece en los antiguos libros de cocina. Pero el *hochepot,* en Taillevant, presenta una novedad y es que al caldo se le añade vino blanco. La *potée flamande* es otro gran cocido, donde triunfa, sobre todo, la carne de cerdo. En estas especialidades sí es posible advertir la influencia de nuestros antepasados y sus ollas de cristianos viejos, tan ricas en productos porcinos.

Escocia presenta también un curioso cocido, el *odge podge,* que suena raramente parecido al *hochepot,* aunque, según parece, la etimología no se ha pronunciado en favor de una mutua influencia. El *odge podge* escocés es un cocido en el cual se reúnen carne de buey y carnero, con diversas legumbres, entre las que se encuentran judías blancas, habas y judías verdes, sazonadas con un diente de ajo.

Es curioso que lo hayamos comido no en Escocia sino en Natal, en África del Sur, y con un calor tropical. Éramos los invitados de unos escoceses que quisieron darnos buena muestra de su cocido nacional. Quizás en Escocia no lo hubiéramos hallado. No son raros estos hechos: en Ciudad del Cabo, en casa del cónsul de España, nuestro amigo Mario Ponce de León, tomamos uno de los mejores *cassoulets* de nuestra vida. El cocinero era italiano; el *cassoulet,* inolvidable.

Más fino que el *odge podge* es otro potaje, el *cocky-leeky,* que viene de dos palabras inglesas: *cock,* que quiere decir «gallo», y *leek,* que significa «puerro». Se sirve en sopa todo junto, es decir, el caldo, el pollo en pequeñas escalopas y los puerros en *julienne.* Todo esto nos parecería muy bien si los escoceses no solieran añadir –afortunadamente no lo mezclan– la compota de ciruelas, que colocan al lado del plato, en una compotera.

El *bollito* italiano es otro plato de claro parentesco con nuestros cocidos, pero sin caldo. En cambio, en la *minestrone* la carne está ausente. Se trata de un cocido en el que intervienen numerosos ingredientes vegetales, legumbres, arroz y hierbas aromáticas, y se suele espolvorear de queso rallado. La *minestrone,* con el *risotto* y las frituras, son las tres columnas que, alternando con la pasta, sostienen el edificio de la cocina italiana.

Otra forma de cocido es el *Tafelspitz* vienés, que afortunadamente se sirve aún hoy en los grandes restaurantes de la capital austriaca. En el Hotel Bristol lo ponen todos los lunes y tiene fama de ser el mejor de Viena. El *Tafelspitz* es un hervido de buey con otras carnes y resulta un plato realmente exquisito. Ahora bien, no suele ir acompañado de caldo, aunque sí, en alguna ocasión, de crema de leche ácida; así,

por lo menos, constaba en la carta del Hotel Sacher, cuando estuvimos en él. Con el *Tafelspitz* van bien los vinos vieneses blancos, mientras que para nuestro cocido o el *pot-au-feu* son más adecuados los tintos ligeros.

Tampoco hemos de olvidar la sopa a la *palotz* húngara, con ternera o cordero, patatas, judías tiernas, *paprika,* comino y crema agria. Pero nos vamos demasiado hacia Oriente. Toparíamos con las *tohorvas* rumanas y búlgaras y con el *borstch* eslavo, polaco y ruso. Y todo ello, aunque con la misma base de plato único familiar, es otra historia.

### *El cocido madrileño*

El cocido es, con los callos, el plato más popular de la capital española, o por lo menos lo fue hasta nuestra guerra civil. Es considerado un alimento completo por los médicos, pues reúne todos los elementos esenciales para la nutrición: albúminas por sus carnes, hidratos de carbono por las verduras, legumbres, pan o pasta de sopa, grasas por el tocino y los embuchados, amén de las sales propias de estos alimentos y las vitaminas que, aun cocidos, puedan contener.

A partir de la guerra civil el cocido pierde la importancia que tenía. Por un lado está el tremendo encarecimiento de cuantas cosas lo componen; por otro, la idea –que a nosotros se nos antoja absurda– de que se han de comer cosas sanas y nutritivas, para conservar la línea, y finalmente la falta de tiempo o de paciencia de la mayoría de las amas de casa. Éstos son, pues, los tres motivos que han originado la lamentable desaparición del cocido, tras siglos de haber sido el plato básico de las mesas hogareñas y de las cartas de los restaurantes. Aunque en este sentido es más afortunada Madrid que Barcelona, pues en la capital existen varios restaurantes que lo ponen habitualmente en su carta, mientras que en Barcelona la *escudella i carn d'olla* es un puro acontecimiento que hasta se anuncia en los periódicos. ¡Qué tristes, qué abominables tiempos nos ha tocado vivir!

Quienes esto redactan tuvieron ocasión de comer el cocido de Lhardy. El gran restaurante madrileño ofrecía el célebre cocido de tres tumbos, según explica don Francisco Rodríguez Marín en su luminoso ensayo sobre el yantar en el Quijote. El primer vuelco era la sopa. Tras la sopa venían los garbanzos, las patatas, las legumbres, escoltadas por una salsa de tomate, y luego la gallina, la vaca, el tocino, el chorizo, la morcilla y el jamón. A nosotros, personalmente, nos sobraba la salsa de tomate porque somos catalanes y vivimos bajo la obsesión de



que siempre hay demasiado tomate en nuestros mediterráneos platos. Pero estos tres vuelcos eran una pura delicia y tenían tantos y tantos adoradores que nació el refrán, perpetuado por los tiempos: «Más vale vuelco de olla que abrazo de moza».

Ya que en refranes estamos, no podemos dejar de citar algunos; los hay de todos los gustos; esencialmente autoritarios y varoniles, como aquel que dice «Una olla y una vara, el gobierno de una casa», o aquel otro que afirma que «La olla y la mujer, reposadas han de ser». En este último caso se quiere decir que la olla debe hervir con majestuoso sosiego, a fuego lento, pues, como dice otro refrán, «Olla que muy rápida hierve, sabor pierde». Y finalmente la afirmación inmortal: «Después de Dios, la olla, y lo demás todo es bambolla». Esta afirmación la hemos leído en un manuscrito del padre cocinero del desaparecido convento de capuchinos de Barcelona –manuscrito de mediados del siglo XVIII, que posee nuestro amigo el gran cocinero Sebastián Damunt–, como encabezamiento de sus recetas. También la hemos leído en un verso célebre y en infinidad de trabajos, incluso en ensayos extranjeros sobre la cocina española.

Volviendo al Lhardy diremos que, a media mañana, ya había señores que entraban a tomar una taza de caldo. Era la época deliciosa en que los graves varones del Senado, mientras deliberaban sobre los trascendentes asuntos de Estado se veían favorecidos por los ujieres con una humeante taza de caldo. En cambio, en el Congreso de los Diputados, éstos sólo tenían derecho a caramelos, los célebres caramelos del Congreso. En Lhardy, antes de los tres vuelcos, servían a veces, como aperitivo, un hueso con su tuétano. La delicia misma. Luego venía la sopa, que era excelentísima y con sus siete virtudes:

Siete virtudes
Tiene la sopa
Quitan el hambre,
Y dan sed poca,
Hace dormir
Y digerir;
Nunca enfadan,
Siempre agradan,
Y crían la cara
Colorada.

La cara colorada es para el pueblo signo de salud, de la vigorosa salud plebeya. Dios nos la ponga así, colorada y risueña, si tal significa.

Decir cómo eran en Lhardy los garbanzos, las patatas o las berzas es muy difícil, porque entra en el terreno de lo inefable. En cuanto a la carne, era toda de primera calidad; no había necesidad de comer nada más, aunque recordamos que nuestra juventud nos hacía lanzar, con un entusiasmo que rayaba en peligrosa gula, sobre los excelentes postres del citado restaurante, en los que se aunaban los refinamientos de una gran cocina y las exquisiteces del arte de la repostería.

El cocido madrileño, del cual Lhardy daba su versión más lujosa –quizá la de hoy todavía, en excepcionales ocasiones– es, pues, el cocido que representa hasta cierto punto la síntesis de todos los cocidos españoles. A pesar de lo que hemos dicho de la falta de tiempo, es el único plato para el cual no se necesita la intervención vigilante del cocinero: se hace solo, aunque, como es natural, se añaden, de una manera paulatina, los ingredientes. Los moralistas, que buscan siempre los tres pies al gato, encuentran que esto de que se guise solo inspiraba peligrosas malicias a las amas de casa. Así, don Juan de Iriarte quiso reprochar la pereza madrileña y escribió el siguiente epigrama macarrónico:

*Quid dapis Hispaniae memores proestantius olla?*
*Desidiae tamen hoc, non fuit Artis opus.*

que luego tradujo así:

La olla nunca fastidia
pero causa admiración
que se deba su invención
no al Arte, sí a la Desidia.

### *El cocido andaluz*

Aunque sobre este tema insistiremos cuando hablemos de la región andaluza, es un error o quizás una calumnia decir que en Andalucía no existe una gran cocina peculiar. Con Andalucía sucede lo mismo que con Inglaterra. Ésta tiene, sin la menor duda, una gran cocina, lo que ocurre es que los ingleses no la practican. Andalucía posee también una cocina extraordinaria, lo que pasa es que los andaluces tampoco la practican, por lo menos en los restaurantes. Andalucía es como una bella dama con su recatado secreto gastronómico. El cocido normal andaluz es parecido al madrileño, pero añade una



característica esencial, que es el majado. Éste se hace machacando, en el almirez, el ajo y añadiéndole pimentón y azafrán. Luego se adiciona también un poco de caldo y se vierte en el cocido. El caldo se sirve colado. Por otra parte, los ingredientes suelen ser los mismos: garbanzos, habichuelas verdes, patatas, legumbres, hortalizas y, a veces, calabaza; y como carne, ternera, tocino, chorizo, morcilla y un trozo de costilla de cerdo añeja y carnes. También podría añadírsele gallina, pero esto no es lo tradicional.

Ahora bien, en Écija, la célebre «sartén de Andalucía», hemos comido lo que en los recetarios se llama «cocido sevillano». Lo gustamos en invierno, cuando el calor era una pura ilusión del espíritu. Cuando hace frío en Écija, hace realmente frío. El cocido sevillano es excelentísimo, presenta una variedad sensacional. La carne se sirve frita, con huevos batidos que se acompañan con una buena cantidad de patatas fritas cortadas en muy finas rodajas. El modo de freír las patatas en el aceite andaluz merece capitulo aparte, y lo dedicaremos.

Asimismo, no nos referimos a la enorme diversidad de sopas andaluzas porque esto lo haremos en el capítulo sobre esta cocina.

### *Escudella i carn d'olla*

El caldo gallego, el cocido madrileño y la escudella catalana han sido platos de uso cotidiano en cada una de sus áreas de difusión. Lo fueron hasta que la carestía de la segunda mitad del siglo XX los ha hecho prácticamente inasequibles. Hoy han sido sustituidos por las sopas de sobre, invención que no cabe en estas páginas, pues nada tiene que ver con la cocina tradicional y, si mucho nos apuran, ni con la cocina. Son, para nosotros, cosas ajenas a la cultura de nuestros países. Es una manera de nutrirse como puede serlo la alimentación mediante sueros o cualquier otro sistema científico.

La *escudella i carn d'olla* tiene dos vuelcos. La *escudella* –cuya etimología ya detallamos– es una sopa que tradicionalmente se hacía de fideos finos y arroz, aunque puede confeccionarse con sémola o cualquier otra pasta, y no digamos de pan, para justificar la etimología de sopa. Luego viene la *carn d'olla,* que si bien puede servirse en bandejas distintas, con la carne en una, y en otra las patatas, la col y el apio, pueden también servirse conjuntamente.

Entre el cocido catalán y el madrileño hay unas diferencias fundamentales. El cocido madrileño tiene como uno de sus elementos principales el chorizo, como casi todos los cocidos ibéricos, y la morcilla.

El cocido catalán no lleva chorizo y sí butifarra blanca y negra, es decir, butifarra de magro y butifarra de sangre. Lleva también la pelota –que suele ser a partes iguales de carne magra de ternera y carne magra de cerdo–, bien trinchada y mezclada con perejil, ligada con huevo y miga de pan.

Decíamos que la *escudella* ha pasado de ser una comida mesocrática y diaria a ser una suntuosa excepción. Durante casi un siglo, hasta 1936, la comida diaria del catalán era: *escudella* más o menos rica, los días laborales, y los domingos, arroz. Recordemos que Santiago Rusiñol, con un humor también muy mesocrático, preconizaba la invención del «escudellómetro», que deberían tener las cocinas de todas las casas catalanas de modo que cada mediodía manara la *escudella*. Ello había originado los naturales movimientos de rebeldía de la juventud y hubo un instante en que se inició el movimiento hostil ante el monótono y repetido cocido que hoy recordamos con cierta nostalgia los mayores. Se acumularon argumentos contra el cocido: contra su penetrante olor originado por la col y, sobre todo, contra su sabor y su monotonía; se le acusó de fomentar las subidas de presión y la hiperclorhidria y, además, se le instruyó un grave expediente por su vulgaridad absoluta. Era algo parecido al odio del futurista italiano Marinetti por la *pasta asciuta*, a la que atribuía toda la vulgaridad del pueblo. Este movimiento estaba ya triunfando por los angustiados años treinta; en cuanto a la *escudella*, iba dejando de ser un plato cotidiano y la guerra civil acabó con ella.

Las personas de cierta edad recuerdan, seguramente, los cocidos del restaurante Continental, regido por el célebre Rosendo Ribas, que estaba situado en la barcelonesa Plaza de Cataluña. José Pla afirma categóricamente que allí se podía comer la mejor olla que se cocinaba en España. No hemos llegado a conocer el Continental, porque desapareció hace ya muchos años, pero podemos decir que hemos comido cocidos inolvidables. Recordamos uno, memorable, asombroso de riqueza, en Collsacabra, y lo imaginamos como la quintaesencia del antiguo cocido payés catalán, feudal, reconfortante como el consejo de un patriarca. Hemos comido grandes cocidos en Vic, en Solsona, en Gandesa, en Mataró, en Barcelona. El plato ha desaparecido prácticamente de las cartas de los restaurantes y cuando asoma la oreja en ellas, lo hace con timidez, sin aquella fuerza rotunda que tienen los platos seguros de sí mismos.

Pero en el subconsciente del catalán persiste como una gratitud hacia el cocido, una nostalgia y quizás un inextinguible deseo de retornar a la vida antigua; buena prueba de ello es que continúa siendo el gran plato que se toma el día de Navidad, en la gran cocina familiar. Una característica de esta escudella es la sopa de *galets*, pasta gruesa y noble. Los *galets* son la pasta más gruesa que se fabrica. Así como en las escudellas normales se usan fideos finos o medianos, solos o bien con arroz o sémolas o pastas pequeñas, por Navidad el *galet* se impone. Hay partidarios del *galet* grande y partidarios del *galet* mediano –los partidarios de la pasta de sopa pequeña no tienen voz ni voto en esta cuestión–. Nosotros confesamos que estamos con el *galet* grande. También hay partidarios del queso parmesano rallado, que tampoco acaban de convencernos. Hay, en cambio, quien con diabólica astucia rellena el *galet* con un poco de masa de pelota o bien confecciona una especie de albondiguillas que sobrenadan en el caldo mezcladas con los *galets*. La medida nos parece bastante certera; es la sopa para el frío, para los días del seco y lúcido invierno.

Hubo un momento en que la sopa de la *escudella* se hacía con tapioca, producto botánico llegado de América, de una gran melosidad. Si no nos equivocamos, se elabora con la yuca. Estas sopas con tapioca ligaban perfectamente con las destemplanzas producidas por el noctambulismo o la ingestión generosa y prolongada de alcohol; la sopa de tapioca era para el enfermo y el libertino; también caía como un bálsamo en los frágiles estómagos de los niños.

Capítulo aparte merece la *escudella de pagés* o *escudella barrejada*. Ésta recuerda al caldo gallego y a las *garbures* francesas: se trata de una olla en la cual se introducen legumbres y otros vegetales –col y garbanzos, sobre todo– aunque hay quien añade también judías blancas. Esta olla con jamón, tocino y hasta un hueso de vaca o de cerdo o, mejor si cabe –que sí cabe–, de jamón, hierve tres horas. A última hora se le añade arroz y fideos y, en ciertas regiones, se la colorea con azafrán. Se come todo ello junto. Es un plato invernal y reconfortable.

### *Cocido vasco*

Con el nombre de «cocido vasco» se conocen dos cosas absolutamente distintas: una, el cocido tal como nosotros lo entendemos; otra, el cocido llamado «al estilo de Vitoria», que presenta los componentes del cocido normal, con el aditamento de alubias encarnadas. Esto es como un cocido doble o dividido en dos fases bien distintas. Por un lado se hierve el cocido normal y, por otro, con las alubias, se tiene el tocino, el ajo, el aceite, el perejil, la morcilla y el chorizo.

Después de la sopa, que se hace con la mezcla de ambos caldos, vienen cuatro recipientes distintos, uno para los garbanzos y las patatas, otro para las alubias, un tercero para las berzas y el cuarto para las carnes. A estas cuatro bandejas se les añaden dos salseras, una con salsa de tomate y otra con pimientos.

Por esta presencia de las alubias pintas, queridísima leguminosa nuestra, muchos restaurantes de fuera del País Vasco sirven como cocido vasco el potaje de alubias con rabo de cerdo y morcilla. La denominación nos parece equivocada e induce a peligrosas conclusiones.

*Las ollas o los potes gallegos*

El caldo o pote gallego presenta muy diversas formas. Uno de los autores de este libro es de ascendencia gallega por parte materna y ambos han viajado bastante por Galicia. Nos hemos encontrado siempre con dos formas distintas. Una, que es la forma que podríamos llamar «vegetal», aunque en ella intervenga el unto, el venerable tocino rancio de nuestros antepasados, y que está emparentada con las *garbures* francesas y con los potajes de acelgas vascos y navarros; y las sopas de gato castellanas, es decir, el caldo gallego de berzas y repollo. Luego tenemos el caldo más ligado a la tradición ibérica, aquel que, además de este tocino rancio, el unto, contiene rabo, oreja, codillo y costillar del cerdo, y los magníficos chorizos gallegos. Como verdura puede haber berzas, habas y patatas, amén de otras de no menor cuantía, como son la nabiza –hojas de nabo–, el grelo –que es el brote floral del nabo– el nabo en sí y la calabaza. Es aquel cocido espléndido que canta el poeta:

*O caldo fai medo,*
*tan de gordo un dedo,*
*pois leva touciño,*
*pernil e fuciño...*

El primer caldo se toma junto con los vegetales; es el caldo labriego, que se come mezclado. El segundo puede comerse así, o confeccionarse, con él, sopa, o sea que tiene ya dos vuelcos, para hablar en clásico. El primer caldo –este caldo vegetal– nos ha parecido siempre delicioso. Lo hemos tomado después de ir a cazar o de largas excursiones y es reconfortante y abre el apetito, incluso al hombre más fatigado. No va mal tomar después del primer plato un buen vaso de



vino tinto del Condado. Sucede con esto como con las sopas gasconas perigordinas. En casa de unos amigos, cerca de Pau, añadimos, con las *garbures* gasconas, vino blanco y tinto, en prudente aunque no avara medida, al suculento caldo. A esto se le llama *goudalo*. En el Perigord, en el plato todavía caliente hicimos *chabrot*, es decir, echamos vino, y entibiado con el calor del plato lo bebimos. En la montaña de Lugo y en la de Orense hemos bebido el vaso tras el caldo. Los franceses del Perigord dicen que «*Après la soupe un verre de vin, ôte une visite au médecin*». Los gascones afirman:

*Goudalo plâ alcubado*
*Tiro un escut de la pocho deu médecin.*

Es decir, que cada *goudalo* bien hecho, con su inyección de salud, retira un posible escudo del bolsillo del médico de un probable enfermo. Aquí en España decimos varias cosas parecidas: «Toma después de la comida un trago y ríete de médico y boticario», «El buen caldo al buen vino hace camino», etcétera. No sabemos si será una herejía poner entre los cocidos al lacón con grelos. Lacón es el codillo del cerdo, o sea, el brazuelo. Tiene menos carne que el jamón, pero quizás es más sabroso. Grelo es la flor del nabo, y cuando éste falta puede sustituirse por la nabiza, que es su hoja. El lacón con grelos es un plato que en Galicia alcanza su perfección. Se trata de cocerlo con bastante agua, añadirle chorizos –de Lugo, si es posible– y los grelos y las nabizas después. Con los grelos ha de cocer el lacón hasta que, de tan tierno, se deshaga. Esto es un cocido, como lo es la *choucroute garnie* alsaciana. A menudo se toma el caldo del lacón con grelos y por esta razón, sin ánimo de imponer una clasificación infalible, lo citamos entre los cocidos gallegos.

La otra gran olla gallega, la calderada de pescado, no cabe en esta clasificación porque no contiene ninguna clase de carne. En su momento hablaremos de ella, con la atención que merece, la misma que su hermana la asturiana.

*Sopa y* bullit *mallorquín*

El clásico puchero español también tiene en las Baleares su fórmula propia: por ejemplo, en Menorca, desde tiempo inmemorial, se hace con carne de ternera, con butifarra o *butifarró*, oreja o pie de cerdo, un cuarto de gallina, carne de cordero e incluso sobrasada. La fórmula

antigua era la de la olla podrida y se añadía también carne de caza. En cuanto a los vegetales, están representados por las patatas y los garbanzos, el nabo, la chirivía y el apio, sin que falte la zanahoria. Pero, en las Baleares, hay siempre un punto de originalidad y un gusto por la mezcla de lo dulce y lo salado. En este caso, se añade a menudo el boniato, la batata americana.

La sopa puede ser de *coc*, panecillos en rodajas tostadas al horno, o de arroz, o de *canons* (macarrones) o de *betes* (tallarines) o de cualquier otra clase de pasta.

El cocido menorquín separado del caldo es todavía de los guisos que tienen más aprovechamiento. De su conjunto, un buen cocinero forma el *tumbet* o pilón de carne que se mete en el horno, y aparece en la mesa un plato de lujo y económico a la vez, y hasta moldeado y con guarniciones, si a mano viene; en verano el cocido resulta muy agradable comido frío, mezclado con hortalizas crudas y aliñadas; es también cuestión de minutos presentarlo sofrito con algún adobo; y en todo tiempo el socorrido puchero puede dar abasto a croquetas *ravoles* (pequeñas tortas fritas: ¿su nombre viene quizás de raviolis?), albóndigas y otras muchas variaciones del mismo tema culinario. En manos expertas el condimento, la forma y las guarniciones hacen el milagro, que al fin y a la postre, a muy pocos elementos, como dicen los químicos, se reducen los platos de los más opíparos y variados menús. En Mallorca está la *escudella* fresca, que no nos debe engañar: es una especie de estofado con un poco de carne de cerdo, judías, patatas, calabacín y, si es tiempo de ellas, judías blancas.

En Menorca, amén de una serie de sopas, existe un cocido llamado *brou de xenc*. *Xenc* viene del inglés *shank*, carne magra de pierna de vaca, de preferencia con su correspondiente hueso y tuétano. Con esta pieza se hace un caldo para enfermos y la carne se mezcla con el puchero para los sanos. Aplazamos el comentario que merecen las sopas menorquinas, de las que hablaremos en su momento, y que nada tienen que ver con el cocido, tal como nosotros lo entendemos, es decir, como cocina de evaporación.

### *Los cocidos canarios y sus consecuencias*

El cocido llegó a las Canarias con la cultura y la civilización españolas. Luego adquirió la natural personalidad que le dan los productos agrícolas propios de la latitud y el clima de las Islas Afortunadas, tan diferentes de los del resto de España. El cocido canario se hace,



muy a menudo, con olla de barro vidriado. Se compone de carne de vaca y patatas, e incluso maíz tierno. Del cocido andaluz tiene el majadillo de ajo, clavo y azafrán. Acerca de este cocido canario publicó una donosa descripción el poeta isleño Domingo Enrique, incluida en el *Diccionario general de cocina* de Ángel Muro. Copiamos un fragmento principal de esta composición poética finisecular:

Se echan seis litros de agua
en el pucheral caldero
de la vecina tinaja
con los menesteres éstos;
primero, carne de vaca
dos kilos, de pierna o pecho
un argollón de morcilla,
tres chorizos, y de puerco
cinco onzas; de garbanzos
de Castilla o conejeros
igual suma; y una dosis
de tres de sal (del impuesto).
Y cocidas que hayan sido
las partes de lo que expreso,
se apartan (así se dice
en el canario Archipiélago).
Y por la candente boca
del atezado caldero
que fervoroso espumaje
airado despide a intervalos,
impulsando su cubierta
el vapor que bulle adentro
cual si Luzbel estuviese
metido en aquel infierno,
échase la calabaza
(sobre, un kilo, más o menos)
chayote, col, habichuelas,
panocha, bubangos tiernos
ñames y peras; y cuando
haya sazonado el fuego
tanto totum revolutum
como lo que dicho llevo,
apártense las verduras
para reemplazarlas luego

las papas y las batatas
cuya cantidad o peso
generalmente consiste,
según informes muy ciertos,
de aquéllas en cinco libras,
las batatas en dos menos.
Témplese entonces. –¿Y cómo?
Es sencillísimo hacerlo:
azafrán, ajos y clavos,
en el almirez casero
se trituran, se machacan
con la manilla de fierro;
y semejante a una esquila
que repica algún chicuelo
en son de chanza,
produce el propio repiqueteo.
Del caldo una cucharada
se vierte en él, diluyendo
las especies que se arrojan
incontinenti al caldero.
Ya allá cuando el sol declina
y alumbra ya otro hemisferio,
las carnes y las verduras
tornan otra vez al fuego.
Unidos los componentes
todos por escaso tiempo
en el caldero hacinados
reciben calor de lleno.
Y es de verle tan orondo,
pletórico hasta el exceso,
oloroso y humeante,
como diciendo: Está hecho.

Éste es el cocido diario, muy enriquecido por el estro de don Domingo, porque luego está el cocido llamado «de las siete carnes». Éste era el cocido de las bodas, el gran plato fundamental, como lo es la escudella en las Navidades catalanas. Estas siete carnes parecen un número mágico y sibilino. Así, suelen unirse a la carne de vaca y de cerdo, la de pollo, conejo, perdiz, pichón, liebre y pavo. Es la antigua olla podrida que tiene todavía carta de naturaleza en la cocina canaria.



Las consecuencias del cocido canario y también de los cocidos ibéricos se han hecho sentir en toda la América hispana. Los conquistadores y luego los inmigrantes han mantenido tenazmente las ollas sudamericanas. En muchas ocasiones la similitud de productos ha hecho que estos cocidos ultramarinos se parezcan más al canario que a sus cocidos originarios, aunque la influencia no sea directa.

Hemos comido el cocido chileno con su choclo (maíz) en lugar de garbanzos, hemos probado asimismo cocidos peruanos, el mofongo de Puerto Rico, el agiaco cubano y el cocido mexicano. De éstos, porque los conocemos, daremos una somera noticia. El argentino y el uruguayo, junto con las posibles formas colombianas y venezolanas, sólo nos son conocidos por referencias. Luego, está el puchero filipino, directo descendiente de nuestra venerable olla podrida.

Los ingredientes del puchero peruano son: papas blancas, carne de pecho de vaca, camote amarillo, yucas amarillas, repollo, membrillo, ajíes verdes, cebollas, tomates, comino en polvo, achiote molido, chalona, papada de chancho, patitas de chancho, garbanzos remojados, arroz, plátanos colorados o de la isla, peras, manzanas verdes, ajos grandes, pimienta y sal al gusto.

También existe el puchero a la mexicana, que se compone de los siguientes ingredientes: retazo de res, carnero en piezas, jamón crudo, pollo, huesos de tuétano, papas, camote, plátanos largos, aguacates, duraznos, peras, manteca, garbanzos, elotes, col, calabazas, nabos, zanahorias, cebollas, dientes de ajo, pimientas negras, puré de jitomate, cilantro y limones.

### *Otros cocidos*

Valencia nos ofrece el puchero de las tres *abocás* –de los tres vuelcos–, parecido al castellano. Como verdura no falta la penca de alcachofa, pero sin chorizo y con morcilla de sangre y cebolla. A falta de ternera suele ponerse carne de cordero, especialmente en las comarcas del interior. Con el caldo se guisa muy a menudo un delicioso arroz en cazuela, al que nosotros añadimos pedazos de jamón y a veces lo llevamos al horno. Es un arroz excelente, de lo más gustoso.

Burgos nos presenta el gran puchero castellano, llamado «de sota, caballo y rey», en recuerdo tal vez del tute o de la brisca. Es la alusión literaria popular a los tres vuelcos. En Burgos hemos comido excelentes pucheros y, con menor atención, la célebre sopa burgalesa, de la que se hablará en su punto y lugar, y las sopas de pastor con un

hueso dentro, y un generoso pellizco de pimentón rojo. La sopa de molinero riojana es otro problema. El cocido extremeño, en lo que conocemos, es el directo antecedente del de Madrid. Una vez más la capital absorbe un plato regional y lo hace suyo. He aquí otra fórmula, en romance, de José Fernández Bremón:

Con medio kilo de vaca
y diez céntimos de hueso.
un cuarterón de tocino,
un buen chorizo extremeño
y garbanzos arrugados
que ensanchan en el puchero
sale en mi casa un cocido
que nos chupamos los dedos.
Cuando llega la matanza
se compra hocico de puerco
y echo un cuarto de gallina
si hay en casa algún enfermo.
Solemos tomar la sopa
arroz, sémola o fideos
si es de pan, con hierbabuena,
los macarrones, con queso.

Otro cocido es el gustoso puchero aragonés, la célebre presa de predicador. Seguimos en esto el libro *La cocina de ellas,* de Teodoro Bardají Mas, «jefe de cocina de los excelentísimos señores duques del Infantado», que eran también marqueses de Santillana. Bardají, natural de Binéfar, maestro coquinario y aragonés de pro, nos dice: «Presa, en Aragón, designa el puchero de enfermo y también los restos de carne y aves que se han empleado para hacer caldo con ellos». Este caldo, especial y concentrado, se administraba a los convalecientes, a quienes, las más de las veces, debía de destruirles el hígado. Como en el caso del cocido andaluz, todas las carnes que lo constituyen –carnero, vaca, pollo, cerdo, pollo o gallina rellenos y, en calidad de rellenos también, patacas, morcillas y chorizos– se refríen con aceite hasta que se forma una dorada capa de oro viejo. Se acompaña con una buena fritada de tomates o pimientos asados. Preferimos estos últimos.



# Galicia

Galicia es el país del Finisterre, y ya las legiones romanas se pararon ante el océano y oyeron rugir el viento de lo desconocido, es decir, el viento del misterio; y, en la Antigüedad, Valerio Patérculo ya dijo que tales legiones se «sintieron poseídas de un religioso temor». Pero del misterio sale la poesía y, por ello, Galicia es tierra de poetas asimismo poseídos «de un religioso temor» por el aliento de los valles, de los bosques, de los ríos y los mares. Singularmente, de los mares, pues ya desde el siglo XIII, en una cantiga de Martín Codax, oímos a los enamorados preguntar al mar:

*Ondas do mar de Vigo,*
*¿se vistes meu amigo*
*e –ai, Deus!– se verra cedo?*

La poesía y el misterio le vienen, pues, de muy antiguo a Galicia, y le vienen de la configuración extraordinaria de su paisaje. Sin embargo, a los poetas gallegos –quizá como compensación y equilibrio– les gustó, también desde antiguo, el buen comer, y no todo fueron versos de juglares y canciones de trovadores, ya que estas últimas se compaginaban, con permiso de don Ramón Menéndez Pidal, con los frutos comestibles de la tierra gallega. Así, el rey Alfonso X el Sabio, refiriéndose, en un trova, a un tal «meestre Xohan», nos expresa sus deseos gastronómicos:

*Como en un día de Pascoa queria ben comer*
*así queria bon son lexeiro de dicer*
*pera meestre Xohan.*
*Así como queria comer de bon salmón,*
*así queria ao avanxello mui pequeña poxon*
*pera meestre Xohan.*
*Así como queria comer que me soubese ben,*

*así quería bon son «et seculorum amén»,*
*pera meestre Xohan.*
*Así como en beberia bon viño de Ourens,*
*así quería bon son de que «cum te potens»,*
*pera meestre Xohan.*

La cocina de Galicia es una cocina creada, según hemos apuntado, sobre el fondo lírico del paisaje, y en este sentido, como afirma José María Castroviejo, representa el triunfo del campo sobre la ciudad. Añade este escritor que, como expresión de la tierra, la cocina gallega es barroca, pues el barroco y el románico son, como se sabe, los pilares inconmovibles del alma de Galicia. Y dice:

«En este sentido, se encuentran en la misma línea las doradas empanadas -que, en la estupenda cocina del siglo XII, en el palacio de Gelmírez comen ya con feudal apetito los caballeros de las historiadas ménsulas–, los pazos, que condecoran y ennoblecen el paisaje, o esa maravilla de enhiesta hermosura que es la fachada compostelana del Obradoiro».

Si queremos enumerar los platos más ilustres de Galicia, es evidente que debemos empezar por el caldo gallego, típico en todo el país, aunque -al igual que con el pote o el cocido gallego– sin extendernos demasiado, ya que el lector ha hallado suficiente información en el capítulo dedicado a los pucheros nacionales. Sólo nos referiremos a una polémica que, hace años, tuvo lugar respecto a si el caldo debía tomarse antes o después de la comida. Los partidarios de la primera solución argüían que una taza de caldo colado prepara el estómago para recibir nuevos alimentos, cosa que niegan los partidarios de la segunda solución alegando que, contrariamente, lo encharca, y que debe tomarse al final «porque es como el café que entra lo mismo que se tengan como que no se tengan ganas de seguir comiendo». Nosotros nos inclinamos por la primera solución y pensamos que todo depende de la cantidad que se ingiera. En ésta, como en otras muchas cosas, el equilibrio reside en la discreción.

Esta polémica, en la que intervinieron Álvaro Cunqueiro, Luis Antonio de Vega y Carlos Luis del Valle Inclán, se extendió prolijamente a otras materias culinarias, y como se suscitó en años de carestía, como lo fueron los años cuarenta, provocó envidias y furores sin cuento. Luis Antonio de Vega lo relata con mucha gracia:



«Tales polémicas, por haberlas tenido en los días terribles del estraperlo y en los que en las minutas faltaban las suculencias, hicieron que un periodista irunés, director de *La Gaceta del Norte,* de Bilbao, nos llamara "Vega y sus cómplices". Mi primo José María Ortiz de Zárate, persona versadísima en asuntos gastronómicos, me escribió una carta diciéndome que, personalmente, consideraba una mala acción lo que estábamos haciendo los señores Cunqueiro, Valle Inclán y yo, con tanto escribir de potes, empanadas, langostas, lampreas, percebes, angulas, corderos y cochinillos, cuando las lentejas eran verdaderos perdigones y el pan lo hacían con harina de garbanzos.
»Un amigo mío, Carlos de Larrabeiti, me puso una conferencia telefónica para decirme:
»–Suspended la polémica... Si es preciso, tira la esponja. El ayuntamiento ha prohibido que durante las fiestas saquen a Gargantúa, para evitar que los que lo vean sueñen con lo que no hay. Tengo entendido que van a reunirse las fuerzas vivas del Señorío y van a enviar a Madrid una comisión de antiguos "tripasais", para que protesten contra vuestras campañas subversivas».

Hecho este inciso, pasaremos a la sopa de centeno o sopa de manteca, no sin antes añadir que es común, y muy importante, en todos los caldos de Galicia el uso del unto o tocino rancio. En cuanto a la sopa de centeno, daremos la receta de Teodoro Bardají.

Con pan de centeno «sentado», o sea, cocido tres o cuatro días antes, se cortan rebanadas muy delgadas, hasta llenar con ellas una cazuela de barro o varias, si se trata de más de una persona, porque casi siempre se hacen tantos servicios como comensales. En puchero aparte se pone a hervir agua con sal y cuando está cociendo se escaldan las sopas abundantemente. Después de empapadas se tapa la cazuela y se decanta para escurrir toda el agua sobrante: ya secas, se espolvorean con un poquito de pimentón.

En una sartén pequeña se ponen cien gramos de manteca, de vaca, cocida y un diente de ajo aplastado; a fuego se refríe la manteca hasta que el ajo esté dorado, y entonces se vierte ajo y manteca sobre las sopas, la cazuela se cubre con una tapadera y se mete en el horno quince o veinte minutos para que se resequen y se condimenten bien. Los días de fiesta se terminan estas sopas estrellando sobre ellas, unos minutos antes de terminarlas, uno o dos huevos, que se dejan cuajar blanditos sobre las sopas y aún admiten estas sopas gallegas otra pequeña modificación, consistente en cocer con ellas un chorizo o longaniza

cortado en rodajitas delgadas, mezcladas éstas con el pan. Se llaman «sopas de novios» cuando se «ilustran» con chorizo o longaniza.

También debemos mencionar la sopa de ostras a la lerense, muy celebrada en Pontevedra, en cuya confección intervienen, naturalmente, las ostras, majadas previamente hasta convertirlas en pasta y luego desleídas en el caldo hecho con el agua de los moluscos. Esta sopa se sirve con pedacitos de pan frito. Otras variedades de sopas son la sopa de merluza y legumbres, la sopa marinera y la que resulta del primer vuelco de la *caldeirada* (parecida a la *caldereta* asturiana), que se sirve con finas rebanadas de pan tostado.

En carnes, el plato más célebre de toda la cocina gallega es el lacón con grelos, denso, fuerte y abacial; intervienen el lacón, los grelos, chorizos y patatas. El lacón –codillo de cerdo curado– debe dejarse en remojo todo un día. Se pone a cocer durante tres horas y después se echan los chorizos, luego los grelos y, después, las patatas. Es un plato severo y suculento a la vez, de una gran sabiduría, ya que el exceso de grasa es corregido por el amargor de los grelos.

Otros condumios suculentos, a base de cerdo, son el jamón asado –acompañado, si es posible, de pimientos del Padrón fritos– y el recho de cerdo, que es el estómago del cerdo, relleno de carne magra, tocino y chorizos adobados. Se sirve como fiambre, en lonchas finas.

La pierna de carnero a la orensana, que se guisa, en marmita, con judías, zanahorias y cebollas, es también muy celebrada, así como el guisado de vaca al estilo de Vigo, a base de pierna de vaca cortada a trozos y guisada con vino y especias.

No mentiríamos si afirmáramos que Villalba es uno de los pueblos privilegiados en cuestiones culinarias; así, aparte de sus afamados capones, es preciso alabar su arroz con menudillos y, sobre todo, sus callos a la gallega, que se sirven con garbanzos y que en cierta ocasión comimos pródigamente con nuestros amigos Antonio Galbán y Francisco Alsina, en Villalba.

Hemos hablado del arroz con menudillos. Ahora bien, el más divulgado de los arroces es el arroz con mejillones, que se pone al horno inmediatamente antes de servirlo, y el arroz con lacón, en cuyo aderezo intervienen, además, jamón, caldo de gallina, salsa de asado, salsa de tomate, perejil y aceite.

Si pasamos al capítulo de la caza, nadie ha escrito páginas más brillantes que José María Castroviejo, Guarda Mayor Honorario de Pesca Fluvial y Caza del Reino de Galicia y Sierra de Ancares, páginas que han sido complementadas por un *Arte de cocina*, referido a la caza y debido a la pluma de Álvaro Cunqueiro, quien describe el pastel de



perdices –afirmando que todo el arte consiste en sacarlo seco del horno y bien prensado–, las perdices en pepitoria y con col:

> «Dentro de cada col, media perdiz, y aprovechad, tal que un cocinero chino no osaría aprovechar, el caldo en que cocieron col y perdiz, haced la salsa con vino blanco, pimienta, vinagre, cebolla y perejil, manteca de cerdo y una cucharada de harina. Los señores mayorazgos nuestros prodigaban estos ayunos».

Cunqueiro nada nos dice, sin embargo, de la perdiz con sardinas, que es plato que hemos oído alabar.

Este autor nos habla de la torcaz en estofado o en menestra; del tordo; de la becada asada rellena de castañas; del pato a la moda de Ribadeo; del avefría; de la codorniz y del vino en que ha de cocer, tinto o blanco; del urogallo, consignando que para colorear las mejillas no hay como las mollejas de esta ave; de la tímida liebre y de las hierbas que ponían los carboneros de Sargadelos al asarlas; del conejo estofado; del lomo de nutria; del tejón; de las chuletas de corzo, que parece que era uno de los gustos que tenía el señor Picadillo –Manuel María Puga y Parga, autor de la *Cocina práctica*–; del ciervo; de cómo se cuecen en vino los jamones de jabalí; de los pasteles a la romana y de los vinagres que demanda su adobo. Transcribimos lo que, sobre los pasteles, dice Cunqueiro:

> «He buscado la receta en la *Cocina* del Vannone, que está escrita a la manera de diálogo platónico entre el cocinero –el armónico, como diría el griego– y el pasajero hambriento que llega a la noble ciudad de Lucca. (A Lucca, la única ciudad de Italia donde eran amados los españoles, porque siempre estuvieron de paso; a Lucca, a donde llega o de donde sale aquel mala leche, casi paisano nuestro, Suárez de Figueroa, El Pasajero.) He buscado la receta y la he encontrado, y tratando de ella con orensano cazador resultó que la tenían en la Puebla de Trives. La masa es de huevo, como la del "rabioli", y el jabalí, que ha estado cortado en finísimas lonchas, y durante cuarenta y ocho horas, en adobo de sal, ajo, pimienta, laurel y vino blanco seco, se dora en sartén antes de empanarlo; a cada pastel se le deja un agujero con un tapón, y cuando vaya a estar a punto, viértase por él la grasa que sobró de dorar el jabalí, con el zumo de naranjas agrias, una punta de hinojo y otra de pimienta. Digo que después del banquete lucense, saldrían Obispo, Cabildo, Justicia y Regimiento a las murallas, paseando hasta la puerta de

San Pedro por ver a lo lejos los blancos, agudos, antiguos Ancares, y animar, con aquel aire fino y vivaz que de allá viene, la gravedad romana de la digestión. y que el Señor deshechice a Don Carlos II de España!».

Si larga ha sido la relación que Castroviejo y Cunqueiro dan de la caza, y el modo de cocinarla en Galicia, más larga sería la que darían de los pescados y mariscos, pues es tierra viciosa de ellos, tal y como dirían los clásicos. Por ejemplo, las ostras de Arcade son famosas en todo el reino, y lo son asimismo los percebes, las navajas, las almejas, las zamburinas, los mejillones y las vieiras. Las vieiras de Vigo son particularmente apreciadas y se guisan al horno con cebolla y pan rallado. Damos la receta en verso, que publicó Dionisio Pérez, original de Luis Taboada:

Entre las dos conchas
metes el cuchillo;
levantas la tapa,
extraes el bicho;
sobre limpia mesa
lo picas muchísimo
y cuando has logrado
que esté picadito,
le añades cebolla,
un ajo bien limpio,
perejil, pimienta
y medio clavito.
Con el pan rallado
haces amaso
y todo revuelto
y bien reunido,
lo empapas al punto
en aceite frito.
Rellenas las conchas
con todo lo dicho;
las llevas al horno
y esperas tranquilo,
o bien les aplicas
«rescoldo sencillo»,
que dio un poeta
de los más eximios.



Ahí tienes, lectora,
el sistema fijo
de guisar las ricas
vieiras de Vigo.
Después te las comes
y gozas muchísimo,
o bien te hacen daño,
lo cual no es un mito,
y entonces te asustas
de haberlas comido.

La langosta y el lubricante o bogavante se guisan a la marinera, cortando la pieza a trozos, cuando todavía está viva, y echándolos a hervir con cebolla, ajos, pimentón y unos gramos de pimienta. Las ostras, aparte de ser comidas vivas con unas gotas de limón –que es la manera que prefieren muchos gastrónomos–, también se guisan, en Galicia, rebozándolas y friéndolas con harina de maíz.

La lamprea es otra de las grandes joyas gastronómicas y su aprovechamiento, en cocina, viene del tiempo de los emperadores romanos, que la comían deleitándose con morosidad. Su aspecto es horrible y repugnante, pero su carne, exquisita, y la fibra de su contextura –que no su gusto– más parece carne de ternera que pescado. La sedimentación histórica de las formas de guisar la lamprea ha culminado en extraordinarias perfecciones, como la fórmula gala a la bordelesa, que consiste en cocer la lamprea en su propia sangre. No obstante, en Galicia se la come en pastelón, en empanada y en guiso gallego. He aquí su fórmula: se reboza en harina la lamprea, limpia y sin hiel, y se la rehoga, en una cazuela, con cebollas enteras, cabezas de ajos y pimentón. Cuando todo está dorado, se incorpora vino y vinagre, tapando la boca de la cazuela con papel de estraza y dejando que se cueza a fuego lento.

En los ríos Miño, Eo, Navia, Tambre, Avia y Ulla hay profusión de truchas y salmones. Respecto a estos últimos, conocemos una fórmula, que no hemos comprobado, pero que nos desconcertó por lo fuerte que deben de ser sus resultados. Es muy sencilla: se cuece el salmón en aguardiente y agua, por mitad, con laurel y clavo. Dícese que se conserva un mes.

Es fama que el rodaballo suscitó vivas polémicas entre los teólogos de la Edad Media, pues no se ponían de acuerdo sobre si se podía comer en cuaresma; lo llamaban «el faisán del mar». Lo comimos en Vigo, a la primavera, en un almuerzo con Castroviejo, Cunqueiro y

Celso Emilio Ferreiro, que luego nos cantó unas impresionantes canciones de pandero.

La sardina se come en escabeche, leñada, escarchada y a las brasas, con cachelos, que es la patata asada con su piel. Casi todos los pescados de Galicia admiten la ajada, que es una salsa popular hecha con aceite, ajo y pimentón. De modo similar se come el pulpo fresco y sus variedades, el pulpo de feria y el bacalao fresco.

Otro capítulo importante son los crustáceos: nécoras y, sobre todo, las centollas, que pueden comerse simplemente partidas o en picadillo especiado, servido en el caparazón. A este último lo llaman los vascos el «changurro».

Y llegamos ahora a una de las creaciones más características de la cocina gallega: la empanada. Doña Emilia Pardo Bazán, en su libro *La cocina española antigua,* nos dice que «en opinión de los inteligentes, la mejor masa de empanar es sencillamente la del pan; y en realidad, la empanada debió de ser en un origen, sin duda muy remoto, una forma de llevar reunidos el pan y el plato en cacerías o expediciones. La empanada excluía el pan». Un poco más adelante, doña Emilia dice que para hacerla «se trae masa de la tahona, de pan completo, es decir, moreno. Si se quiere refinar, no hay más que gramarla con lo que se desee: manteca, huevos, caldo y, sobre todo, con aceite impregnado del sabor del guiso. Para cocer las empanadas, también suelen enviarse al horno de pan».

Y si se desea hacer muy prontamente una empanada, se toma un mollete redondo de pan completo, o del gramado, se descorona, se ahueca bien, quitando toda la miga, y se empapa por dentro en aceite del guiso, dejándolo así como media hora, después de lo cual se rellena como otra empanada cualquiera y va al horno, poco tiempo también, lo suficiente para calentarse mucho.

La empanada admite toda clase de rellenos: lomo, pollo, bacalao, lamprea, *papuxas* (verderoles), almejas, anguilas, etcétera. La empanada de sardinas con que nos regaló un día nuestra particular y querida amiga doña Rosa Ferrer de Galbán, a quien saludamos desde aquí, nos ha parecido una de las más sensacionales que hayamos comido.

Si pasamos a los quesos, veremos que Galicia cuenta con cuatro importantes: el del Cebrero, propio de Piedrafita, en la montaña del Cebrero, muy sabroso, elaborado con leche fermentada de vaca; el de San Simón, queso mantecoso, de forma cónica y corteza ambarina, que se produce en Villalba, pueblo de la provincia de Lugo, famoso, como ya hemos dicho, por sus capones; el de Guimarey, mencionado en el siguiente cantar:



Para mulas, Monterroso,
para ladrones, la curia,
para quesos, Guimarey.

Dicho sea con permiso de los curiales. También es muy conocido el queso de Santiago, llamado también «de tetilla», que tiene forma de seno femenino, y de ahí su nombre. Dionisio Pérez menciona además los de Teijeiro y San Pedro de Ozas (La Coruña), el de San Pantaleón (Vivero) y el de Illana.

En repostería produce Galicia una infinidad de invenciones: la torta de almendra (de El Ferrol), las torrijas al estilo de Puerto Marín, los roscones de Noya, los roscos de cazo, los roscos de huevo, las almendras de picos, los roscos de yema de Ribadavia (el impresionante pueblo del barrio judío), los roscones de Celanova, las filloas y un largo etcétera.

No podemos terminar este capítulo sin referirnos a los vinos de Galicia, aunque sea sumariamente. Los vinos de Galicia son poco conocidos; ahora empiezan a divulgarse. Sólo se producen pequeñas cantidades, y de ellos el que goza de mayor reputación es el de Ribeiro, acerca del cual hay un cantar que dice:

Si queres tratarme ben
Dame viño de Ribeiro
Pan trigo de Ribadavia,
Nenas de Chán d'Amoeiro.

Se afirma que hasta el siglo XVIII todos los vinos de Ribeiro eran blancos, como lo eran todos los vinos gallegos que de Bayona, La Coruña y Pontevedra salían para Inglaterra. Algunos tintos del ribero tienen un toque acerado. Antes de la filoxera debían de ser muy fuertes, con mucha graduación, pues el cronista Froissart dice que a los soldados del duque de Lancaster se les subía a la cabeza y «en dos días no eran hombres para nada». Lo mismo ocurrió con los soldados de Napoleón. El padre Sarmiento declara que el vino de Ribeiro se hacía «respetar como grande de primera clase en las mesas de los reyes, príncipes y señores de todos los territorios». Hay varios vinos de Ribeiro: de Beade, de Veran, de Vieite, etcétera.

En cuanto a tintos, las cepas más antiguas son las del caíño y los que dan el espadeiro, en la tierra de Salnés. Debemos elogiar el brencellau, el loureiro y los del Condado de Salvatierra: Rubiós, Tortoreos, Meder. También hay tintos estupendos en los Peares, en el Barco de

Valdeorras, en el Ullán y en el Arnoya. Pero el más noble es el amandi, y es fama que lo bebían ya los emperadores romanos, acompañando un guiso de lamprea.

Los vinos blancos deben su origen a una cepa ilustre: la treixadura. El más célebre de todos ellos es el albariño, pues dícese que lo trajeron los monjes de Cluny, en la misma caja que contenía el Misal Romano, en el inicio de la batalla para desplazar al rito mozárabe, y se extendió desde Cambados a Arbo y desde Meis a Soutomayor. Es el vino ideal para el marisco, siendo excelentes, aunque distintos, los de Donón, los del Salnés y los del Rosal. Los gallegos, para honrar estos vinos, celebran la fiesta del vino albariño, que recae siempre en el mes de agosto de cada año, premiándose los mejores albariños, con toda pompa y solemnidad. Los autores de este libro, cada uno en distintas ocasiones, tuvieron el inmerecido honor de formar parte del jurado, y es un acto que no olvidarán.

No podía faltar, como colofón a los vinos de Galicia, la mención de un producto con que terminan todos los yantares gallegos: el aguardiente de orujo. Fuerte, rudo y campesino, nos deja en el trasfondo del paladar la fragancia y el aroma silvestre de esta tierra acogedora.



# Selección de recetas

## PATO A LA MODA DE RIBADEO

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 1 pato de 2 kilos | 150 gramos de manteca de cerdo o de vaca |
| 18 cebollitas | 1 vaso de vino blanco |
| 200 gramos de nabos pelados y cortados en forma de gajos de naranja | 1 copita de anís seco |
| 200 gramos de zanahorias partidas de la misma forma | 1 atadillo de hierbas (laurel, tomillo, orégano, un diente de ajo grande, colas de perejil, todo atado con un poco de bramante) |
| 24 castañas cocidas | sal |
| 200 gramos de tocino entreverado | |

Una vez vaciado y limpio totalmente el pato, se brida o cose y se sazona con sal, interior y exteriormente.

En una brasera o cacerola algo honda, puesta sobre el fuego, se coloca, con la manteca y el tocino cortado a cuadros delgados del tamaño de un sello de correos, el pato, dorándolo por todos los lados.

Se añaden los nabos, las cebollitas, las zanahorias y el atadillo de hierbas. Tápese la brasera y métase en el horno con el fin de que se brasee la guarnición y se cueza el pato, que debe ser vigilado a menudo.

A media cocción se decanta un poco la brasera y se le añade el vino y el anís. Vuélvase a tapar y cuando haya reducido el vino a la mitad, se incluyen las castañas y un cacillo de caldo. Unos minutos más de cocción.

Sírvase entero o cortado –con la guarnición de hortalizas alrededor– y el jugo por encima, dejando aparte el atadillo de hierbas.

## SOPA DE MERLUZA CON LEGUMBRES

*6 personas*

| | |
|---|---|
| (Como medida emplearemos una taza de las de café) | 1 ramita de hierbabuena |
| 1 taza de habas peladas | 200 gramos de merluza sin pieles ni espinas |
| 1 taza de guisantes pelados | 1 cucharada de mantequilla |

| | |
|---|---|
| 1 taza de garbanzos cocidos | 1 cucharada de harina |
| 1 chirivía y una zanahoria medianas | 2 decilitros de aceite |
| 1 cebolla mediana | sal |
| 2 patatas medianas | 4 cucharadas colmadas de costrones de pan, pequeños, cuadrados y fritos en aceite |
| 2 o 3 hojas de col (poca cantidad) | |
| 1 diente de ajo | |

En una marmita u olla, puesta sobre el fuego, con 1/2 decilitro de aceite se rehoga la cebolla, la chirivía y la zanahoria cortadas a trozos delgados, luego se añade el ajo picado y, al empezar a dorarse, las habas, guisantes, garbanzos y las patatas a láminas delgadas.

Rehóguese sobre fuego vivo y mójese con 2 litros largos de caldo o caldo de pescados o agua; se les añade las hojas de col, formando un paquete, atadas con bramante; espúmese y déjese cocer hasta que lo estén totalmente las legumbres.

Una vez cocidas se saca el paquete de coles y se pasa todo por el tamiz o pasapurés, resultando una sopa ni clara ni espesa.

Se vuelve a poner sobre el fuego para que arranque el hervor, se espuma y se le añade la mantequilla. No deberá cocer más.

La merluza se corta en filetes pequeños o a dados algo gruesos, se pasa ligeramente por harina y se fríe en aceite.

A las coles se les quita el bramante y se cortan a cuadros pequeños.

En el momento de servir se echa en la sopera la col a cuadros y la merluza frita; se vierte encima la sopa bien caliente y, por último, los costrones de pan fritos que también pueden servirse aparte, aunque al mismo tiempo.

## EMPANADA DE LOMO A LA GALLEGA

*4 personas*

| Para la masa: | Para el relleno: |
|---|---|
| 300 gramos de harina | 200 gramos de lomo de cerdo cortado a filetitos |
| 100 gramos de manteca de cerdo o mantequilla | 2 cebollas medianas divididas en arandelas o picadas |
| 1 huevo | 1 decilitro de aceite |
| 1 decilitro de agua o mitad agua y mitad vino blanco | 25 gramos de manteca de cerdo |
| 3 gramos de sal | 2 pimientos divididos en cuatro trozos cada uno (también pueden emplearse morrones en conserva) |
| | 2 dientes de ajo picados |
| | 2 cucharadas de puré de tomates |
| | 1/2 vaso de vino (blanco o tinto) |
| | 150 gramos de jamón magro o chorizo a pedacitos |
| | un poco de azafrán en polvo |
| | pimienta molida y sal |

Es frecuente, para simplificar las operaciones, adquirir la masa de pan, ya fermentada, en la panadería, en cuyo caso habrá suficiente con medio kilo.



A esta masa se le mezcla un huevo y algo menos de 1 decilitro de aceite, manteca de cerdo o mantequilla fundida y fría gramándola bien sobre la mesa espolvoreada con harina.

Pásese la harina por el cedazo y sepárese 50 gramos para enharinar la mesa de la cocina. Con el resto se forma un redondel, a guisa de dique, con una oquedad central, donde se colocaran la mantequilla, el huevo, la sal y el agua.

Mézclense bien dichos géneros absorbiendo totalmente la harina hasta constituir una masa fina y homogénea que se deja reposar unos minutos, antes de formar la empanada, cubierta con un paño.

Rehóguese en el aceite la cebolla y los pimientos si son del tiempo, el jamón y el ajo. A medio rehogar se le añade el lomo ligeramente espolvoreado con sal –también puede freírse aparte en manteca e incorporando al sofrito junto con la grasilla que forma–, el tomate y el vino dejándolo reducir y sazonando con el azafrán y la pimienta.

Debe resultar una composición más bien sequita.

Sobre la mesa o mármol de la cocina ligeramente enharinados extiéndase la masa, igualándola con el rodillo hasta que tenga sólo algo más de medio centímetro de espesor. Córtense dos círculos, uno de 25 centímetros de diámetro y otro de 24.

A continuación, y sobre una placa de horno, se pone un papel de barba untado con manteca de cerdo y sobre el mismo se dispone el círculo de pasta mayor; encima de ésta se extienden los trozos de lomo, chorizo y la totalidad del relleno, que deberá estar frío, preparado para la empanada; luego se cubre con el otro círculo, o sea el pequeño. Humedézcanse los bordes con un poco de agua, haciendo presión con los dedos, para que se peguen entre sí las dos porciones de pasta. Con los recortes de la misma estirados con el rodillo se cortan motivos decorativos en forma de hojas, estrellas o anillos, que se disponen encima de la empanada sujetándolos a la superficie mediante un simple preparado de huevo batido con leche.

Asimismo, debe pincharse la empanada con las púas de un tenedor con objeto de producirle pequeños agujeros que en función de chimeneas permitan el escape de vapor que en el interior se forma, evitando que se agriete la pasta. Finalmente, se pita con huevo batido y se cuece al horno.

Nota: las empanadas se confeccionan también cuadradas o rectangulares, según el molde con que se las marca.

## LACÓN CON GRELOS

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 1 kilo de lacón | 1 kilo y medio de grelos |
| 250 gramos de oreja de cerdo | 2 patatas medianas por comensal, enteras (si son grandes, partidas por la mitad) |
| 250 gramos de careta (cachucha) ambas cosas saladas | sal |
| 600 gramos de chorizos gallegos | |

Una vez desalados los productos del cerdo –24 horas en remojo, como mínimo–, se repasan con un cuchillito, se lavan y se ponen a cocer en una olla o marmita, con agua. Cocción continuada y suave.

A medida que vayan estando cocidos, aproximadamente a la hora y media, se sacan de la olla, se cortan a trozos regulares y se mantienen, en otra cacerola, cubiertos de caldo, con el propósito de conservarlos calientes hasta el momento de servirlos.

En el caldo, que continuará hirviendo, se echan los grelos escogidos –cortados a trozos, lavados y cocidos, unos 5 minutos, en agua y escurridos–, los chorizos y las patatas. Rectifíquese de sal. Cocción lenta y sostenida.

Una vez cocidos los grelos, chorizos y patatas se separa la olla del fuego y se deja reposar durante un buen rato.

En el momento de servir a la mesa, los grelos escurridos se ponen en la fuente; encima de éstos, el lacón, careta y oreja de cerdo y por los lados y junto al borde de la fuente, los chorizos y patatas alternados, pudiéndose servir también los grelos y patatas en una fuente y el resto en otra y al mismo tiempo.

## ROSCOS DE RIBADAVIA

24 yemas de huevo
350 gramos de azúcar
1 buena cucharada de mantequilla fundida, pero no caliente
1 copita de aguardiente
un poco de anís molido
una pizca de sal
jarabe algo espeso, aromatizado con raspaduras de limón (para bañar los roscos una vez cocidos)

Se baten las yemas de huevo con el azúcar, el anís molido y el aguardiente hasta que la mezcla adquiera prácticamente la consistencia de una masa de bizcocho.

En este punto se les añade la mantequilla y la harina, poco a poco, hasta que la masa esté manejable; luego se pondrá sobre la mesa enharinada y se formarán los roscos.

Éstos se disponen sobre placas o papeles de barba untados de manteca y se cuecen en el horno.

Una vez cocidos se bañan en jarabe a punto algo fuerte, perfumado de limón; pronto se retiran y se colocan en una fuente para que se enfríen.

## ARROZ DE MENUDILLOS DE AVE

*4 personas*

800 gramos de menudillos de pollo o gallina: higadillos, riñoncitos, corazones, sangre, yemas o huevecillos y madrecillas.
150 gramos de tomates maduros, pelados, exprimidos y picados
4 cucharadas de guisantes cocidos
También pueden emplearse mollejas (estómago) previamente cocidas
400 gramos de arroz
1 diente de ajo
unas hebras de azafrán
1 decilitro y medio de aceite
sal

Las yemas y los riñoncitos se hacen hervir 5 minutos en agua y se dejan enfriar en ella; luego, se les quita la película delgada que los cubre.

Los higadillos se limpian en crudo y se cortan a trozos grandes. Los corazones se reservan en crudo y enteros. Las mollejas se cuecen en el caldo y se cortan a pedazos. La sangre, a trozos, se espolvorea de sal y se fríe en aceite.

En la cazuela o cacerola con el aceite caliente se empieza por freír los higadillos y corazones espolvoreados de sal, junto con las mollejas; al comenzar a colorearse se le añade la cebolla, que se deja dorar ligeramente, para terminar añadiéndole el tomate, que también se fríe.

En el momento de mojar nuestro arroz, que se habrá incorporado a los géneros de la cazuela, se le adiciona el caldo o agua caliente –doble cantidad que de arroz, o un poquito más, pues este plato debe resultar algo caldoso–; se le hace romper el hervor a fuego vivo y se le incorporan las yemas –si hay alguna grande, se corta por la mitad–; se añaden los riñoncitos, la sangre frita y los guisantes.

Rectifíquese de sal y un poco de pimienta (si gusta); agréguesele la picada hecha, en el almirez, con el azafrán y el ajo, disuelta en un poco de caldo del arroz; rebájese la fuerza del fuego o termínese de cocer en el horno. Finalmente se esparce un poco de perejil por encima y se sirve a la mesa en la misma cazuela en que se ha hecho.

## OSTRAS FRITAS

*4 personas*

De 8 a 10 ostras, de las de mayor tamaño, por comensal
harina de maíz
1 limón

Las ostras, una vez separadas de sus valvas, se rocían de zumo de limón, se pasan por harina de maíz y, con la ayuda de un tenedor, se fríen en aceite fino procurando que queden doraditas por ambos lados. Se disponen, en la fuente, en forma de pirámide, decorando los extremos con mitades de limón.

Preséntense a la mesa con la botella de salsa de tomate especiada.

## VIEIRAS (O AVIÑEIRAS) EN SU CONCHA

12 vieiras
200 gramos de cebolla trinchada
1 diente de ajo grande picado
1 cucharada de pimentón
1 limón
3 cucharadas de pan rallado

| | |
|---|---|
| 1 decilitro y medio de aceite | canela en polvo |
| 1 vasito de vino blanco | pimienta |
| 1 copita de ron | perejil |

Límpiense las vieiras teniéndolas en agua fría y frotándolas con un cepillo de raíces. Se abren metiéndolas en el horno fuerte o bien poniéndolas a hervir en una marmita u olla grande con agua (preferible de mar), un chorrito de vinagre y sal (prescíndase de ésta si se emplea agua de mar) hasta que se abran las conchas.

Una vez abiertas se les extrae una cinta negruzca que las rodea y se lavan, en la misma agua en que han cocido, para limpiarlas de arenillas. Apartaremos cuatro conchas cóncavas, de las más grandes, en las que pondremos tres moluscos en cada una, así como también reservaremos el coral del marisco.

En la sartén puesta sobre el fuego, se fríe con aceite la cebolla y el ajo y, al estar dorado, se les añade el coral picado; el pimentón se fríe un poco, para echarle seguidamente el vino y el ron; sazonamiento de sal, pimienta y canela; déjese reducir este sofrito que debe quedar sequito.

En cada una de las conchas se ponen tres moluscos escalopados que se cubren totalmente con el sofrito de la sartén; se espolvorean de pan rallado mezclado con un poco de perejil picado, se rocían con un hilillo de aceite y se gratinan en el horno. Al sacarlas del horno se riegan con un poco de zumo de limón y se sirven bien calientes.

## SOPA MARINERA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 2 docenas de almejas | 1 cebolla mediana |
| 2 docenas de mejillones | 1/2 decilitro de aceite |
| 2 docenas de navajas (depende, en parte, del tamaño de dichos mariscos; también puede intervenir en esta sopa otra especie de ellos) | 2 dientes de ajo |
| | 4 huevos |
| | 150 gramos de pan sentado |
| | unas ramitas de perejil y sal |
| | 1 litro de agua |

Se lava bien el marisco y se pone en una cacerola con un poquito de agua, se tapa y coloca a pleno fuego.

Cuando todos los mariscos están abiertos se les separa de sus conchas, que se desechan, y el agua que han soltado se pasa, a través de un colador de tela muy fino (o una muselina), a una olla o marmita; se le une el agua caliente y se le hace arrancar el hervor. Agreguésele el pan cortado a rebanadas finas.

Cocción, unos veinte minutos. Durante este tiempo se les adiciona un refrito hecho con el aceite, la cebolla muy picada, los ajos y el perejil también picados, más el marisco. Rectifíquese de sal. Ya repartida en los platos, se guarnece con un huevo crudo por comensal.



## LAMPREA A LA GALLEGA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 lamprea de regular tamaño | 2 decilitros de vino blanco |
| 18 cebollitas pequeñas | 1/2 decilitro de vinagre |
| 2 dientes de ajo picados | 1 cucharada de pimentón |
| 1 decilitro de aceite | canela en polvo |
| | sal |

Se limpia la lamprea con agua bien caliente y rascándola con el cuchillo, se le saca un huesecillo largo aplastado que tiene debajo de la boca, donde contiene la hiel, y se desangra exprimiéndola bien con el fin de que suelte toda la sangre, que se reservará en una taza; se le pasa un paño por encima, se vacía de la tripa y se corta a trozos regulares. En una cazuela de tierra se reúnen la sangre de la lamprea, el vino, el aceite, el vinagre, el pimentón, la canela (un poco), los ajos y las cebollitas. Mézclese todo y añádanse los trozos de lamprea espolvoreados de sal.

Tápese la cazuela poniendo un papel doble de estraza bajo la tapadera y póngase a hervir a fuego suave, sin parar la cocción, que durará aproximadamente cuarenta y cinco minutos.

En un almirez se machaca una rebanada de pan, frito en aceite, junto con el hígado de la lamprea cocido, hasta reducirlo a una pasta finísima y se disuelve con salsa de la lamprea o bien con un cacillo de caldo, si aquélla resultase corta, mezclándose al guiso que espesará la salsa. Unos minutos más de cocción y sírvase, en la misma cazuela, a la mesa.

## ARROZ CON LACÓN

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 250 gramos de lacón desalado y cocido | 100 gramos de jamón |
| 150 gramos de judías blancas cocidas | 400 gramos de arroz |
| 200 gramos de tomates maduros, pelados, exprimidos y picados | 1 decilitro de aceite |
| | caldo de gallina para mojar el arroz (un poco más de 3/4 de litro) |
| | perejil |

Córtese el lacón a trozos pequeños y fríase en el aceite; cuando se halla a medio freír se le añade el jamón cortado a cuadritos; y luego el tomate, prosiguiéndose la fritura. En el momento de mojarlo se le incorpora el arroz, que se revuelve, con una espumadera, sobre el fuego, con los demás géneros, y se moja con el caldo caliente.

Ebullición fuerte al principio, añádasele las judías, perejil picado y, si se dispone de algún jugo de asados, échesele también. Rectifíquese de sal y termínese de cocer en el horno.

## JAMÓN ASADO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 8 lonchas de jamón | 30 gramos de mantequilla |
| 4 pimientos de Padrón | 2 dientes de ajo picados |
| | 1 decilitro de aceite |

Los pimientos se limpian, se les quitan pedúnculos y pepitas, se dividen en dos y se fríen en aceite.

Momentos antes de retirarlos de la sartén, se esparce por la superficie el trinchado de ajo. Al mismo tiempo, se asan a la plancha las lonchas de jamón embadurnadas con mantequilla, aunque esta operación puede realizarse también en las parrillas.

Seguidamente se colocan en la fuente de servicio o bien se distribuyen en cuatro platos, contorneándolas con los pimientos. El aceite en que éstos se han frito se calienta intensamente, escaldándolos.

## PIERNA DE CARNERO A LA ORENSANA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 pierna de carnero | 1/2 litro de caldo |
| 3 cebollas y 3 zanahorias medianas | 100 gramos de mantequilla |
| 300 gramos de judías blancas previamente cocidas | pimienta en polvo |
| | sal |

La pierna se deshuesa y ata con tramilla, se espolvorea con sal y pimienta y se pone en una brasera o cacerola honda, cubriéndola con la mantequilla –más un poco de aceite con el fin de que ésta no se queme–; se rehoga sobre el fuego, hasta que quede dorada por todos los lados; en este punto se incorporan las zanahorias y las cebollas enteras peladas que pueden sustituirse por 1 docena de cebollitas pequeñas.

Continúese braseando suavemente y al estar verduras y carne bien doradas añádasele el caldo. Cocción lenta hasta la total ternura de la carne. Si por efecto de la cocción redujese demasiado el jugo, añádasele un cacillo de caldo o simplemente agua.

Unos 30 minutos antes de dar por terminado el guiso de la pierna se le incorporan las judías blancas cocidas que absorberán, casi totalmente, el jugo de la carne.

Sírvase la pierna cortada, en la fuente, con las judías a su alrededor y las cebollas divididas en 4 o 6 trozos, más las zanahorias partidas en rodajas que adornarán a las judías.



## FILLOAS

| | |
|---|---|
| 6 huevos | un poquito de sal |
| 75 gramos de harina | algo más de 1/2 litro de leche (deberá tomar la consistencia de unas natillasalgo claras) |
| 75 gramos de mantequilla | |
| azúcar lustre | |

A los huevos, batidos, se les mezcla la harina, la mantequilla y la sal, rebajándolo con la leche fría. Pásese por el colador.

Se suelen utilizar dos sartenes, que se untan ligeramente con mantequilla, para engrasarlas, o bien se emplea un trozo de tocino graso clavado en un tenedor y cada vez que se va a hacer una filloa se pasa por el fondo de la sartén, quedando ésta suficientemente engrasada.

Al estar la sartén caliente se le echa una cucharada del batido o amoado, que se extiende, al dar a la sartén un ligero movimiento, por todo el fondo del utensilio; cuando se ha secado y dorado ligeramente la pasta se vuelve del otro lado, para que tome también algo de color, alzando un poco la filloa por el borde con la ayuda de un cuchillito. Finalmente se van poniendo en una fuente y espolvoreando con azúcar lustre. Sírvanse frías o calientes.

Deben marcarse lo más delgadas posible.

## GUISADO DE VACA AL ESTILO DE VIGO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 500 gramos de carne magra de vaca (de la parte de la pierna), en un sólo trozo | 1/2 litro de vino blanco |
| | 1 decilitro de aceite |
| | pimienta en polvo |
| 100 gramos de tocino entreverado | ralladuras de nuez moscada |
| | un poco de clavillo en polvo |
| 1 cebolla grandecita | perejil |
| 2 dientes de ajo | sal |

La carne atada con tramilla, para que adquiera forma por igual, se pone a cocer en una olla o marmita con agua, sal y algún aromático (zanahoria, puerro, cebolla). Luego se deja enfriar y se corta a trozos o lonchas.

En una sartén con el aceite se fríe el tocino dividido a cuadros o como palitos largos y estrechos; se sacan de la grasa al empezar a dorarse y se reservan. En la grasa que han formado se fríen las lonchas de vaca poniéndolas, a medida que se van friendo, en una cazuela o cacerola.

En la grasa que queda en la sartén se fríe la cebolla muy trinchada y los ajos también picados, los cuales, una vez fritos, se incorporan a la cazuela, así como el tocino frito, sazonamiento de pimienta, nuez moscada, un poco de clavillo, el vino y perejil picado. Déjese cocer a fuego lento, durante 1/2 hora, cubriendo la cazuela con papel de estraza doble y poniendo otra cazuela con agua encima; rectifíquese de sal. Debe quedar una salsilla algo corta.

## LANGOSTA (O BOGAVANTE) A LA MARINERA

*4 personas*

1 langosta viva de 1.500 gramos
300 gramos de cebollas trinchadas
2 dientes de ajo, grandes y picados
200 gramos de tomates maduros, pelados, exprimidos, sin pepitas y picados
1 cucharada de pimentón
1 decilitro y medio de aceite
1 hoja de laurel
1 vaso de vino blanco
pimienta en polvo
sal

La langosta se corta, en vivo, a trozos, recogiendo todo el líquido que suelte (que es su sangre), empezando por cortar las patas, separando la cabeza y dividiéndola en dos; la bolsa o buche se tira; se reserva, en cambio, el hígado.

Estos trozos se espolvorean de sal y un poco de pimienta.

En una cacerola con el aceite se fríen las cebollas, los ajos y la hoja de laurel; al quedar ligeramente dorada la cebolla se le añade la langosta troceada y el tomate.

Tápese la cacerola con el fin de que reduzca el tomate y se endurezca la carne de la langosta; al quedar el tomate frito se le añade el pimentón, se le da unas vueltas con la espumadera y por último se ponen el vino, el líquido de la langosta y el hígado reservado picado y un poquito de caldo o agua. Cocción de 15 a 20 minutos. Deberá quedar una salsilla algo corta.

## POTE GALLEGO

*6 personas*

250 gramos de judías blancas puestas en remojo 10 o 12 horas antes
600 gramos de carne de vaca
150 gramos de chorizo
150 gramos de morcilla
50 gramos de unto
300 gramos de hueso de espinazo, rabo o costilla de cerdo, desalado
2 o 3 litros de agua
500 gramos de patatas
1 kilo de grelos (o, en su lugar, repollo, berzas, o nabiza)
sal

Tanto los potes gallegos como los cocidos o pucheros se confeccionan con más o menos categoría y ésta se la dan la riqueza y variedad de ingredientes que se les adjudica: lacón, tocino, jamón, pata o hueso de cerdo, etcétera.

Sobre el fuego se pone una olla o marmita con el agua y las carnes; al empezar a hervir añádesele el unto y la sal. Cocción continuada y lenta por espacio de dos horas. Las judías, con el fin de que no se deshagan, es preferible cocerlas aparte. Los grelos, cortados a trozos, limpios y cocidos unos cinco minutos aparte, también se echan en la olla donde tenemos las carnes –que, a medida que vayan estando cocidas, se sacarán de la olla con el fin de que no se deshagan–. Al mismo tiempo que los grelos, añádanse las patatas troceadas y por último, las judías. Déjese hervir todo junto –si faltase caldo añádase el de las judías; el conjunto deberá resultar algo espeso–. Rectifíquese de sal. Con el caldo se calan sopas (de pan) o bien se cuece arroz o fideos.

Se sirven las carnes en una fuente y en otra la verdura.



## CALDO GALLEGO

*4 personas*

200 gramos de judías blancas (puestas en remojo 10 o 12 horas antes)
2 litros de agua
1 manojo de grelos (repollo, nabos o nabiza)
300 gramos de hueso de cerdo del espinazo, rabo o costilla
50 gramos de unto rancio
1/2 kilo de patatas en trozos pequeños
sal

Póngase la olla al fuego, con las judías, el hueso del espinazo o rabo y el agua. Al empezar la ebullición se le añade el unto y se hace cocer lentamente a suave ebullición sostenida por espacio de hora y media.

En este punto se le mezclan los grelos escogidos, lavados y cortados a trozos más bien pequeños, las patatas y la sal. Cocción débil hasta que el conjunto esté totalmente cocido; debe quedar un potaje espesito, por lo que muchas veces lo espesan con algunas patatas y judías del mismo caldo y con el unto deshecho todo en un plato con un tenedor.

## SARDINAS AL ASPETU CON CACHELOS

*4 personas*

4 docenas de sardinas (depende del tamaño)
1 kilo de patatas
sal gorda

Las sardinas se ponen entre sal gorda, un poco abundante, por espacio de una hora, sin sacarles las tripas y con o sin cabezas.

Se hace una hoguera en tierra con «mozonas» de maíz desgranadas y una vez encendidas formando brasas se ponen las sardinas encima para asarlas pasadas o enristradas en un hierro en forma de espada llamado «aspetu». Una vez asadas por ambos lados, se comen acompañándose con cachelos. Las patatas (cachelos), sin pelar, se lavan bien, se cortan por la mitad o en cuatro trozos, según su tamaño, y se cuecen en agua y sal. Una vez cocidas se escurren volviéndolas a poner dentro de la olla o marmita, la cual se coloca, tapada, cerca del rescoldo con el fin de que el calor absorba toda la humedad de las patatas.

Las sardinas al aspetu de esta receta también suelen acompañarse con la salsilla siguiente:

En el almirez se machacan uno o dos dientes de ajo, unas ramitas de perejil y media cucharada de pimentón; la pasta finísima obtenida se moja con aceite y vinagre, en iguales proporciones, más la sal necesaria; se trabaja unos instantes y queda el mogen terminado. Este mogen o salsilla se reparte por encima de las sardinas, que tendremos colocadas en una fuente y recién asadas.

## TORTA DE ALMENDRAS

| | |
|---|---|
| 4 huevos | la piel rallada de 1 limón |
| 200 gramos de azúcar | un poco de canela en polvo |
| 200 gramos de almendras pulverizadas | azúcar lustre para espolvorear |

En un perol se baten los huevos con el azúcar, la piel de limón rallada y la canela hasta formar una masa esponjosa, muy parecida al bizcocho. Cuando se alcanza este punto se retira el batidor y con la espátula de madera se le añade, poco a poco, la almendra en polvo.

Se vierte en un molde redondo de paredes lisas untado de manteca y espolvoreado de harina en su interior. Cocción a horno suave.

Una vez cocido se desmolda y se deja enfriar. En este punto se espolvorea de azúcar lustre.

## CALDEIRADA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 200 gramos de rape | 1 kilo de patatas |
| 200 gramos de merluza | 4 dientes de ajo |
| 200 gramos de mero | 1 cucharada de pimentón dulce |
| 150 gramos de polla de mar (sin la cabeza) u otros pescados tales como pata, rodaballo o lucerna, preferibles de carnes fuertes | 1 decilitro de aceite |
| | 1/2 decilitro de vinagre |
| | sal |

Los pescados cortados a trozos regulares se espolvorean con sal.

Las patatas cortadas (si son pequeñitas, enteras) se ponen a cocer en agua algo abundante y sal. Al estar casi cocidas se les añade el pescado. Éste, una vez cocido, se le escurre el posible exceso de agua y se procede a hacer la ajada.

En el aceite se fríen los ajos pelados, luego el pimentón y seguidamente se añade el vinagre y parte del agua de la cocción del pescado y patatas. La caldeirada debe ser algo caldosa. Es preferible cocer el pescado con agua del mar.



# Asturias

Asturias, cuna y crisol de la reconquista hispánica, ha dado al mundo tres cosas arcaicas y divinamente misteriosas: sus iglesias prerrománicas, el bable y su cocina sin par. Las tres, nacidas en el alba de los tiempos, tienen algo en común que las define, y es su poderosa simplicidad expresiva, su majestad ruda y, al mismo tiempo, elegante. Es éste un elemento primigenio. Respecto a las primeras, Antonio Bonet Correa, en su documentado libro *La arquitectura asturiana prerrománica,* ha podido decir que «el arte asturiano nos parece hoy un *milagro*». En cuanto al bable, Ángeles Villarta, asturiana por los cuatro costados, ha afirmado exaltadamente que «el gallego es el gallego, y el vascuence es el vascuence, pero el castellano es el bable».

Pero si todo esto es antiguo, lo es más todavía la cocina, y así lo hemos de colegir del ya clásico Dionisio Pérez, padre de nuestra historiografía gastronómica, quien señala la relación «horizontal» que existe entre la cocina asturiana y la cocina de Bretaña y la de Normandía, e incluso la de Irlanda en razón de sus raíces celtas. Por ello, no sería un desafuero imaginarnos al rey Arturo, a los caballeros de la Tabla Redonda y a todos los héroes del ciclo bretón, postrados a los pies de la Virgen, preguntando en bable por el Santo Grial, y comiendo fastuosamente la fabada entre eructos palatinos. Sólo en la iglesia de Santa María de Covadonga entonarían el latín en honor de Alfonso I, y lo harían a coro como los ángeles, cantando el salmo *Ecce quomodo tollitur iustus,* espiritualizados por la sidra y el viento helado de los montes. Luego saldrían a la *esfoyaza* con los mozos y las mozas:

*La postrer nuiche ya d'octubre yera*
*y acabóse temprano la esfoyaza,*
*la xente veladora y placentera*
*de comer la garulla daba traza:*
*habia de figos una goxa entera,*
*pares del fornu, gaxos de fogaza,*

*y tizaban el fuevu con trucos*
*fartos de reblincar los rapazucos.*

Pero volvamos al tema inicial de la cocina diciendo, de la de Asturias, que no puede existir relación alguna que no empiece con la fabada. Se compone, como todo el mundo sabe, de grandes *fabes* –y ese nombre prueba la primacía etimológica del bable, sobre todo si lo comparamos con «judía» o «alubia», de raíz árabe–, con la adición de chorizo, morcilla del país, lacón y un poco de tocino. Se ha convertido en un plato internacionalmente famoso, y hay muchos gastrónomos que lo encuentran superior al *cassoulet* tolosano. Efectivamente, éste aparece con un punto de exceso al paladar y sus ingredientes son demasiado barrocos. La gracia severa e inconfundible de la fabada reside en su morcilla, ya que ésta atenúa la opulencia de la *fabe*. Dice Enrique Sordo, en el *Arte español de la comida:*

> «La fabada, por su fortaleza, es mucho más apropiada para los días crudos del invierno, días clásicos de niebla y frío de la tierra, que para las jornadas de agosto. Es comida muy de hogar, para tomarla cerca del fuego de la vieja chimenea de lumbre, una de esas chimeneas en donde acaso puede haberse cocinado la misma».

Por consiguiente, es un guiso fuerte y los asturianos recomiendan comerlo desmenuzando previamente con el cuchillo los elementos cárnicos que contiene.

La caldereta es otro de los más conocidos platos asturianos, comparado habitualmente con la *bouillabaisse* provenzal, de la que se diferencia, entre otras cosas, por no contener ajo. Convengamos con Juan Antonio Cabezas en que es un plato estupendo. Los pescados que se emplean son todos de carne dura, criados en las rocas costeras, como el salmonete, el escorpión de mar, el tiñoso, el escamón y los barbudos, a los que, a veces, acompañan también los langostinos y las lapas. En la composición del guisado intervienen el aceite, la cebolla, el pimentón, la pimienta en grano, el perejil, la guindilla, la nuez moscada y una copa de vino que se echa en el momento en que rompe a hervir.

Otro plato típico, muy propio de Gijón, son las sardinas trechadas, exquisitas. Se cocinan abiertas como un bacalao y sin espinas, rellenándolas con cebolla, perejil y pan rallado. Después de fritas se ponen en cazuela con aceite, agua y vino blanco.

También son famosos los pimientos rellenos al estilo de Avilés, cuya receta copiamos a continuación:



> «Poned a asar pimientos, despellejándolos después y quitándoles las semillas, pero cuidando no se rompan, pues han de servir para rellenarlos. Finalmente, ponedlos en un plato y dejadlos que se adoben en aceite, salpicando con pimienta negra y un poquito de sal. Aparte, habréis puesto a cocer una mano de cerdo, debiendo hervir por lo menos dos horas, hasta que se pueda deshuesar. Para su condimento prepararéis un sofrito de cebolla y ajo, a los que agregaréis tomate, cortado a trozos y sin piel ni semillas. Luego agregad pimienta y vino y dejad que se reduzca un poco. Deshuesada la mano de cerdo, cortadla a trocitos y freídlos en el sofrito anterior, revolviéndolo bien para que le tome el gusto. Con estos trocitos y condimento rellenad los pimientos, los cuales se meten en el horno para que se doren un poco».

El sin par Post-Thebussem dudaba de que este plato siguiera en vigencia, pero nosotros podemos afirmar que lo está, como lo prueba la receta que acabamos de transcribir de un recetario popular firmado por Isabel de Trevis.

En Oviedo, y en compañía de Dolores Medio, Gaspar Gómez de la Serna, Ramón Solís, Alfonso Canales, Josep Meliá, Dámaso Santos y otros escritores españoles, comimos, por vez primera, la tortilla de merluza, enorme y deliciosa. Son también típicos los huevos al estilo langreano, la merluza con sidra y la merluza a la antigua asturiana con puntas de espárrago y guisantes frescos.

A propósito de guisantes, diremos que los mejores del mundo son los que, durante su vida, ha guisado la gran cocinera doña Eladia, de Cangas de Onís, a quien saludamos con devoción desde estas páginas, en recuerdo del salmón, hecho de alquimia y poesía, que nos sirvió una noche.

Son famosos los salmones del río Nalón, los reos, las truchas del Navia y del lago Enol, algunas de las cuales pesan más de cuatro kilos, cocinándose con grasa de cerdo ahumada o tocino de jamón rancio, lo cual les da un sabor delicioso.

Otro gran plato asturiano es el estofado de buey, al que se le añade mano de ternera, tocino, cebollas, zanahorias y nabos, finas hierbas, pimienta y vino; también merecen mención los callos al estilo de Oviedo, con tocino, sidra y coñac, y las chuletas de ternera a la antigua, las cuales, después de asadas a la parrilla, se guisan en una cazuela con manteca de cerdo.

No seríamos justos si, en esta relación sumaria de la cocina de Asturias, no mencionáramos las *fariñes* o *farrapes*, llamadas así según se

coman en el centro o en la parte oriental del principado, consistentes en gachas de maíz mojadas con leche, pudiéndose hallar una variante en los *formigos*. Según afirma Luis Antonio de Vega, es posible que las *farrapes* surgieran para evitar el mal de la rosa, producido, según dicen, por el maíz, en tierras donde no se consumían otros cereales. La leche, por el contrario, les suministraba vitaminas.

Dícese en *La guía del buen comer español*, libro hoy inencontrable, que según la traducción que Gómez Hermosilla hizo en el siglo pasado de *La Ilíada*, este plato procede nada menos que de la cocina homérica:

> ... a los trabajadores la comida
> aparejaban en ingentes ollas,
> de blanca harina deliciosas puches.

Capítulo aparte merecen los embutidos de Asturias, empezando por la célebre morcilla –sin morcilla, no hay fabada– que, si bien presenta aspecto escuálido en seco, tórnase oronda y perfumada cuando se moja en la cocción. Tiene un aroma y un sabor muy particulares. Debemos también citar el *choxcu* y el *botillu*, hecho con la lengua y el solomillo del cerdo, embutido en el intestino grueso. En Tineo es costumbre comerlo el día de San Roque.

En cuanto a los quesos de la región, existe uno catalogado como «grande de España». Nos referimos al Cabrales, parecido al de Roquefort, muy fermentado, envuelto en hojas de higuera. Su elaboración pasa del *arnin*, junto al fuego, al *horru*, donde adquiere el cardenillo. Luego se deposita al fondo de una oscura cueva, donde continúa el proceso de fermentación. Otro queso importante es el de Beyusco, muy mantecoso, que se elabora en Los Beyus de Ponga, y el Afuega Pitu, de Morcín, que es un queso endiablado por lo fuerte.

Respecto a la repostería popular de Asturias, haremos mención de las *frixuelas, marañuelas* y *casadielles*, estas últimas dulces típicos de las fiestas del Carnaval. Daremos su fórmula, sacada del recetario *Cocina regional española:*

> «Se prepara primero el relleno. Se pone al fuego una cacerola con azúcar y un poco de agua, un poco de canela, corteza de limón, mantequilla y vino de jerez. Cuando todo está mezclado e hirviendo se vierte sobre una capa de nueces, que estarán molidas de antemano, removiendo bien hasta que la pasta quede bien mezclada. Se retira del fuego y se deja enfriar. La masa de hojaldre se prepara del modo siguiente: se toma un trozo de mantequilla, se espolvorea de harina y se va golpeando con el rodillo durante un rato, hasta conseguir dejarla completamente estirada y del grueso de un dedo. Si al golpearla con el rodillo se pega la manteca, hay que espolvorearla también. Se pone harina sobre la mesa, se hace un hueco en el centro y se echa una taza grande de agua fría con una cucharada colmada de sal, un huevo entero y una copita de anís; se mezcla todo, se va recogiendo la harina y se hace una masa que quede muy fina. Se deja descansar unos diez minutos y se extiende todo lo posible, con el rodillo.
>
> »En el centro se pone la mantequilla preparada y se dobla la masa sobre ella, tapándola toda y procurando que no se vea. Se espolvorea de harina y con cuidado se aplasta con el rodillo, doblándola como un pañuelo, se espolvorea de nuevo la masa y se vuelve a estirar con el rodillo. Se cortan trozos rectangulares y se pone un poco de relleno preparado, se doblan y se unen los bordes, untándolos con un poco de agua para que al freír no se les salga el relleno. En una sartén se pone a calentar aceite y mantequilla a partes iguales y se fríen las casadielles, espolvoreándolas de azúcar al sacarlas de la sartén».



En cuanto a los vinos, podemos decir que Asturias es la única región en que la producción es casi nula, pues apenas se cultiva la vid. Únicamente se produce una pequeña cantidad de vino, que se consume in situ y en el mismo año de su producción. Son vinos que tienen alguna acidez y no pueden conservarse. El *Diccionario de vinos españoles* asegura, en cambio, que «si bien la producción de vino es escasa, hay grandes manzanares de cuyo fruto se saca una bebida fermentada llamada sidra. Esta bebida achampañada o espumosa ha tenido que sufrir el mismo tratamiento que se da a los vinos. La sidra se obtiene triturando las manzanas para sacar su zumo. Tiene una baja graduación, de cinco a siete grados, y posee grandes cualidades diuréticas, tonificantes, digestivas y refrescantes. Podríamos decir que la sidra es vino de manzana».

La sidra hay que beberla en los *chigres*, que son tabernas donde se despacha esta bebida. El sidrero deja caer desde muy alto un chorro de sidra en el vaso. Se bebe apurando la mitad de su contenido, y el resto se lanza al suelo, con un movimiento de rotación que se imprime al vaso, para limpiar los bordes. El vaso queda así listo para ser utilizado por otro bebedor. Al menos, eso dicen.

# Selección de recetas

## CASADIELLES

*6 personas*

250 gramos de nueces pulverizadas
100 gramos de azúcar
1/2 decilitro de agua caliente
1 copa de jerez
1 cucharada de canela molida
1 espiral de corteza de limón cortado muy delgado
250 gramos de mantequilla en un solo trozo y endurecida
350 gramos de harina previamente pasada por el tamiz
1/2 cucharadita de sal
1 huevo batido
1 copita de anís
agua fría

Inicialmente se confecciona un jarabe, con el agua caliente y el azúcar, que se dejará cocer durante 15 minutos, con el limón.

Luego se coloca en el fuego un cazo y se le echan las nueces en polvo, el jarabe que después de cocer habremos pasado por una muselina humedecida, el jerez, la canela, una cucharada de mantequilla de la pieza y un poco de agua.

Remuévase, y una vez efectuada la mezcla se retira del calor y se deja enfriar; se reserva para rellenar las casadielles. A continuación preparemos la masa para el hojaldre. Colóquese el pedazo de mantequilla sobre el mármol de la cocina, junto con el rodillo, ambas cosas se espolvorean pródigamente con harina. La mantequilla se aplasta con el rodillo hasta formar un cuadrado de un centímetro de espesor que se conservará, mientras se prepara la pasta, en un lugar muy fresco.

Encima de la mesa o mármol dispóngase la harina en montículo, practíquesele un hoyo en el centro (hacer la fuente) y dentro del hueco se echan: el huevo batido, el anís, un poco de sal y agua fría en cantidad suficiente para formar una masa algo fuerte cuya consistencia sea pareja a la de la mantequilla preparada en primer término y que además sea fina, sin que coja correa; luego se cubre con un paño y se deja reposar durante quince minutos.

Transcurrido este tiempo se extiende sobre la mesa con el rodillo, procurando que tenga el mismo espesor por todos los lados. En el centro se pone la mantequilla preparada y se tapa por los cuatro costados con la masa, debiendo quedar encerrada dentro. Empiézase a estirar con el rodillo, siempre por un igual, dándole a la masa un espesor uniforme; cuando queda delgada se dobla como un pañuelo y se vuelve a estirar espolvoreando la mesa, si es preciso, con harina; luego se deja reposar la masa cubierta con un paño. Para marcar las *casadielles* se estira la pasta hasta que quede bien delgada y se cortan de ella trozos rectangulares, en cuyo centro se dispone una cucharadita del relleno hecho con las nueces.

A continuación se pintan los bordes de la pasta, con un pincelito empapado de agua, y se dobla cada pieza por la mitad, como si se tratase de unas empanadillas; los bordes deben presionarse, con el fin de que se enganchen, quedando el rellenado aprisionado dentro.

Por último, se fríen en aceite y mantequilla en partes iguales, procurando que la fritura no vaya demasiado fuerte, aunque hay quien las fríe solamente con aceite, para evitar que ennegrezcan. Retiradas de la sartén y bien escurridas, se espolvorean con azúcar lustre.

## PIMIENTOS RELLENOS ESTILO AVILÉS

*4 personas*

8 pimientos medianos (ni muy grandes ni pequeños, y todos del mismo tamaño, si es posible)
2 pies de cerdo
250 gramos de cebolla picada
2 dientes de ajo picados
200 gramos de tomates maduros pelados, sin semillas, y picados algo gruesos
1 vasito de vino rancio, seco
2 decilitros de aceite
pimienta en polvo
sal

Los pies de cerdo, una vez limpios, se ponen a cocer con agua y alguna verdura, como se acostumbra.

Los pimientos se untan ligeramente con aceite y se asan en el horno o sobre rescoldo. Una vez asados se pelan cuidadosamente, se les saca las semillas, sin romperlos, y se colocan en una fuente donde se espolvorean con un poco de sal, un poquito de pimienta y un hilillo de aceite. Esta maceración debe durar unos minutos.

La cebolla y los ajos se ponen a freír en la sartén con aceite; al empezar a dorarse se añaden los tomates, que se sofríen también, y por último, se echa el vino.

Luego se espolvorea con un poco de pimienta y se deja reducir. Una vez reducido el vino se incorporan los pies de cerdo, deshuesados y cortados a trocitos.

Mézclese bien, formando un conjunto sequito que se rectifica de sal.

Con este preparado se rellenan los pimientos asados colocándolos en una cazuela de tierra –o bien en una fuente de gratinar o de vidrio refractario–, a medida que se van llenando.

Echéseles un chorrito de aceite por encima y se les da un golpe de horno. Se sirven, en el mismo recipiente, a la mesa.

## SARDINAS TRECHADAS

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 36 sardinas grandes, aproximadamente | 2 huevos |
| 400 gramos de cebolla | 1/2 litro de aceite |
| 2 dientes de ajo | 1 vaso de vino blanco |
| 250 gramos de miga de pan blanco rallado | 100 gramos de harina |
| | perejil |
| | sal |

Una vez limpias las sardinas, se les saca la espina, quedando abiertas como un bacalao; se espolvorean con un poco de sal y se rellenan con el siguiente preparado.

En aceite se fríe la cebolla picada y el ajo también picado; al empezar a dorarse se le añade la miga de pan, que se deja sofreír un buen rato junto a la cebolla.

Al llegar a este punto se añade el perejil picado y el huevo batido que se remueve bien con el fin de ligar nuestro relleno.

Una vez rellenas las sardinas, se vuelven a su forma primitiva, se pasan por harina y se fríen.

A medida que se van friendo se ponen en una cazuela de tierra; cuando todas están fritas se cubren con el vino blanco, un chorrito de aceite, un poquito de agua y se estofan suavemente unos minutos sobre el fuego, hasta que el líquido se haya reducido en parte.

## ESTOFADO DE BUEY A LA ASTURIANA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 400 gramos de carne de buey en un trozo | 100 gramos de chirivías (zanahorias, nabos y chirivías, una vez peladas, cortadas a trozos algo gruesos por igual) |
| 100 gramos de tocino entreverado cortado a cuadros | 50 gramos de manteca de cerdo |
| 1/2 mano de ternera deshuesada (los huesos de la mano también se incluyen en el guiso) | 1/4 de litro de vino tinto |
| | 1 taza de vinagre |
| 500 gramos de cebollas cortadas en finas rodajas | 1 atadillo de hierbas aromáticas |
| | perejil |
| 100 gramos de zanahorias | pimienta |
| 100 gramos de nabos | sal |

En una cacerola con la manteca, puesta sobre el fuego, se rehoga la carne, previamente espolvoreada con sal.

Cuando la carne queda dorada se le agregan las cebollas, el tocino, la mano de ternera y su hueso, las zanahorias, nabos y chirivías y el atadillo de hierbas.



Todos estos géneros se dejan que se vayan rehogando, y al tomar color las hortalizas se añaden el vino y el vinagre.

Cocción lenta y continuada, con la cacerola tapada, hasta que la carne esté tierna. Si por efecto de la ebullición se seca nuestro guiso, añádasele un cacillo de caldo o agua, aunque deberá formar una salsa más bien corta que abundante.

En el momento de servir se coloca, en el centro de la fuente, la carne y la mano de ternera cortadas, y las hortalizas, alrededor, desechando los huesos de la mano de ternera y el atadillo de hierbas. Cúbrase la carne con el jugo.

## FARIÑES

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 400 gramos de harina de maíz | 1 cucharada de mantequilla |
| un poco de leche caliente | 2 litros de agua hirviendo |
| algo de agua fría | sal |

En un lebrillo se pone la harina y se deshace con el agua fría, operación que se efectuará con el auxilio de una espátula de madera o batidor, hasta conseguir un puré de espesa consistencia.

Dispóngase encima de la lumbre una cacerola con el agua hirviendo y se le va echando la harina de maíz que previamente hemos desleído, sin cesar de remover insistentemente con objeto de que las *fariñes* resulten finas. Déjese cocer muy suavemente por espacio de una hora y media, pero sin olvidarse de removerlas frecuentemente. Un cuarto de hora antes de darse por terminada su cocción, y teniendo en cuenta que habrán espesado en demasía, se echa la leche caliente; la sal y la mantequilla se incorporan, también, a la composición.

Tradicionalmente se comen las *fariñes* o *farrapes*, tomándose cucharadas de ellas y remojándolas a continuación en el tazón de la leche, donde se empapan. Otro sistema consiste en poner las *fariñes* en platos soperos, sin llegar al borde para poder echar leche al plato y aclarar dichas *fariñes* al gusto de cada comensal.

## CALDERETA ASTURIANA

*6 personas*

| | |
|---|---|
| De 2,5 a 3 kilos de pescados de carne dura, tales como tiñoso, barbuda, lubina, escorpión, dorada, salmonete, escamón. (u otros parecidos, pero que no sean azules). Estos pescados, si son pequeños, se emplearán enteros, y si son grandes, se cortan a trozos | 1 kilo de langostinos, navajas y almejas |
| | 1 kilo de cebollas |
| | 1/2 litro de aceite |
| | 1/2 litro de vino rancio seco |

| | |
|---|---|
| 3 cucharadas de pasta de pimiento morrón o 2 cucharadas de pimentón | ralladuras de nuez moscada |
| | pimienta en grano y en polvo |
| | perejil |
| 1/2 guindilla | sal |

El pescado se limpia y lava, preferentemente con agua de mar.

Tómese una cazuela honda y ancha, con su tapadera correspondiente, y póngase, en el fondo, una capa de cebollas cortadas en rodajas delgadas; encima, otra capa de los pescados inferiores; luego, otra de cebollas, perejil picado, pasta de pimiento morrón, pimienta, nuez moscada, la guindilla, sal y parte de los mariscos.

Se va alternando con capas de cebolla, pescado y mariscos, hasta casi llenar la cacerola, procurando que el pescado más fino quede encima.

Se le echa el aceite, el vino y algo de agua, se tapa herméticamente la cazuela (poniendo algún peso encima de la tapadera) y se cuece a fuego fuerte, primero, hasta que empiece a hervir, y a fuego normal, después.

La cocción debe continuar durante 15 minutos, aproximadamente. Sírvase en la misma cazuela.

## FABADA ASTURIANA

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 1 kilo de lacón (brazuelo salado de cerdo) | 1 pequeña andoya (estómago de cerdo relleno de cartílagos carnosos de dicho animal, adobado con farsa de morcillas) o, en su lugar, 1/4 de kilo de morcilla asturiana y 3 chorizos, o bien 1/4 de kilo de longaniza curada al humo |
| 1/2 kilo de cecina (carne de vaca salada y curada) | |
| 1 oreja de cerdo (salada) | |
| 1 pie de cerdo (salado) | |
| 1 kilo de judías blancas (las asturianas llamadas de «peón» o «colmillo», sin menospreciar a otras, tienen cierto privilegio) | |

El lacón, la cecina, la oreja y el pie se ponen a desalar, en agua, unas 12 horas; ésta debe cambiarse, por lo menos, una vez.

Las carnes (lacón, cecina, oreja y pie), ya desaladas, se ponen a cocer cubiertas de agua en una marmita.

Cocción suave con la marmita u olla tapada. Al cabo de una hora del inicio de la cocción, se adicionan las judías previamente hervidas, por espacio de unos tres minutos, en agua, y escurridas (en este momento puede incorporársele también una pequeña cabeza de ajos pelada entera y una hoja de laurel).

Continúese la cocción suavemente, a un lado del fuego, sin que se interrumpa ésta y con la marmita siempre tapada.



Al término de otra hora, aproximadamente, se añaden la andoya o morcilla y los chorizos o longaniza.

Rectifíquese de sal y continúese la cocción lentamente, para que las judías resulten suaves, hasta su total cocción (judías, carnes y embutidos). Las judías deberán quedar espesitas.

Para servir la fabada se ponen la carne y los embutidos (*estongos* o *compangos*, como dicen en Asturias) en una fuente honda, y las judías en otra; ambas fuentes se sirven al mismo tiempo.

Nota: la fabada también se hace con codillo de jamón, que sustituye al lacón, con tocino entreverado, morcilla y chorizo, solamente; esto es, se suprimen algunos elementos, pues se trata de un plato adecuado a todos los gustos y a todos los gastos, pero siempre se emplean carnes saladas y curadas, nunca carnes frescas. También hay quien acostumbra a cocer las judías por separado y, a medida que se cuecen, les incorpora caldo de las carnes y embutidos.

# País Vasco

Julio Caro Baroja, en su libro *Los vascos*, trae a colación unas reflexiones del Navagero, quien «observó, con la perspicacia propia de un gran diplomático italiano del Renacimiento, que el mar, el bosque y el hierro condicionaban de modo decisivo la vida vasca del siglo XVI». Pedro Mártir, añade Baroja, llega incluso a decir de los vascos que «por medio de su extraño lenguaje se entendían con los fabulosos seres marítimos que habitaban los mares». Esta extraña opinión es sospechosa de parcialidad, al presentar a los vascos como magos, y por más que hemos buscado y rebuscado, no hemos encontrado confirmación alguna en el libro clásico sobre la lengua vasca, que es, como se sabe, el de Wilhelm von Humboldt, autor de reputada imparcialidad, tal como él mismo asegura en el prólogo de su obra.

Dejando aparte esta fabulosa cuestión, nos parece que lo dicho por el Navagero es de la máxima sensatez, y quiere significar que, ya en el siglo XVI, si bien unos vascos eran marinos y otros campesinos, también existían vascos con decidida vocación de capitanes de industria, que es lo que realmente quiere decir al mencionar el hierro. Esto último, como es notorio, ha originado la magnífica prosperidad del país y, con el tiempo, las concentraciones urbanas. En una sumaria aproximación, diríamos que, de esta síntesis –mar, montaña e industria, ciudad– los dos primeros elementos (mar, montaña) representan la tradición, el apego a unas formas de vida; y los segundos (industria, ciudad) significan eso que llamamos «progreso». Sin embargo, hay vascos a los que no les gustan las ciudades ni tampoco, quizá, el progreso, y así don Pío Baroja, tío del etnólogo que hemos citado al principio, y notoriamente gran novelista, escribe en la *Guía del País Vasco* que «la ciudad es protocolar y vulgar. El campo, aun ahora, está lleno de sorpresas; la ciudad es corriente y sin carácter».

Prescindiendo de los malos humores, de lo anterior se colige que la cocina vasca es una cocina basada en la tradición –el mar y la montaña–, pero mejorada por la inspiración que permiten unas formas de

vida confortables, emanadas del bienestar y el progreso y la cultura. Ésta es tierra de cocineros y *gourmets,* de gente que se pone a pensar sobre la mejor manera de preparar los alimentos. Esta preocupación existe, por lo menos, desde los tiempos de los Caballeritos de Azcoitia y de las Sociedades Económicas y de Amigos del País.

Por otro lado, los cocineros y las cocineras han dejado constancia escrita de su saber, desde el *Eskualdun cocinera* (1864) o el *Cocinan icasteco liburua* (1889) hasta *El amparo* o *La cocina de Nicolasa.* Son muy de notar, además, el *Libro de cocina,* de Elvira Arias de Apráiz (una vitoriana); *El libro del pescado,* de Imanol Beleak; *Cocina,* de Adriana de Juaristi, y *Mi cocina vizcaína económica,* de Mercedes Lezama. Y aunque no vasco, sino catalán, citaremos aquí el libro de un gran cocinero, *La cocina vasca,* debido a la pluma y a la experiencia de Ignacio Doménech. Sin embargo, el libro más riguroso sobre este tema es, sin duda, *Alimentos y guisos en la cocina vasca,* de José María Busca Isusi, libro editado en 1958 por la Biblioteca Vascongada de los Amigos del País.

En el aspecto teórico, Gregorio Marañón ha escrito páginas admirables sobre la cocina vasca. Veamos lo que afirma en el prólogo a *La cocina de Nicolasa:*

> «Hay en la cocina vascongada, sin duda, elementos recogidos de regiones vecinas –por ejemplo, de La Rioja, tierra también de excelentes comedores–, y aun importados de los lejanos centros extranjeros del buen comer, gracias a la iniciativa de aquellas generaciones beneméritas; a su erudición gastronómica, a su riqueza y liberalidad y a la facilidad de las comunicaciones marítimas. Incluso hay muchos platos de reciente invención, como varias de las creaciones de la misma Nicolasa, que tiene la virtud de que sus descubrimientos culinarios sean clásicos, como los libros maestros, desde el momento en que nacen. Pero es tan recia la fuerza del estilo y de la manera vasca, que aun estos elementos advenedizos o recientes se incorporan con rapidez y para siempre a la escuela. Y ésta es la señal más expresiva de su mérito; que aquí, como siempre, la personalidad se mide, más que por ninguna otra cosa, por la capacidad de captación e incorporación de los valores extraños a la propia sustancia.
>
> »No importa, pues, para su nobleza y excelencia, ni la no muy larga antigüedad de su nacimiento ni la diversidad de sus orígenes. La ejecutoria la dan, sobre todo, la eficacia y esa recia personalidad que antes hemos comentado. Y si quisiéramos ahora fijar en un esquema breve cuáles son las características de la cocina vasca, lo podríamos enunciar así: exaltación del pescado y suculencia y arte ligero en su preparación».



Exacto. Esta última afirmación nosotros podemos suscribirla enteramente; por consiguiente, empezaremos nuestra relación por los platos de pescado. En primer lugar, hablaremos del *marmitako,* una de las grandes creaciones de la cocina popular vasca. En su confección intervienen el bonito y la patata, y su nombre deriva del recipiente en que es cocinado. Es un guiso caldoso y denso. Nosotros lo comimos en una taberna del barrio de pescadores, en Bermeo, y, después, en un restaurante de postín, en San Sebastián. No tenían punto de comparación, y las excelencias del de Bermeo aniquilaron fulminantemente el *marmitako* donostiarra. La fórmula que nos dieron en Bermeo, referida a tres o cuatro comensales, es la siguiente: media cebolla, tres cabezas de ajos; patatas cortadas en dados; freír y rehogar; cubrir con agua y añadir pimentón y poner a fuego lento; añadir sal, pimienta y dos cucharadas de salsa de tomate y, luego, bonito en dados, previamente hervido (muy poco) y cocer muy lentamente; dejar reposar.

Pedro de Eguillor da una receta en verso del *marmitako* dedicada a la marquesa de Parabere, autora de una excelente *Enciclopedia culinaria.* Como curiosidad, la transcribimos aquí para diversión del lector:

> Surca la mar la lancha bonitera
> y escondido el anzuelo en la panoja
> el acerado pez que a ella se arroja
> víctima cae de su codicia fiera.
> Mientras tanto el mutil, en la caldera
> hierve el aceite so la brasa roja.
> Unas cebollas de su piel despoja
> y pica bien con prontitud ligera.
> De un bonito la carne palpitante
> corta en pequeños trozos, que sofríe
> con buen tomate y pimiento picante;
> luego con agua hirviendo lo deslíe
> y así lo deja a que en hervor constante
> la blanca vianda a su sazón se alíe.
> Y al llegar al instante
> en el que cese la áspera faena
> de patatas bien limpias y cortadas
> la caldera se llena,

y cuando quedan blandos y guisados
y sintiendo ya su ánimo flaco
tras la labor penosa, el marinero
a un aviso jovial del cocinero
se apresta a devorar el marmitako.

Son excelentes las sopas de pulpos, lapas y almejas, con intervención del pan o del arroz. Una variante es el tioro, con varias clases de pescados, y en cuya composición intervienen además aceite, cebolla, puerro, perejil, estragón, puré de tomate y un poco de chacolí. Se sirve con rebanadas de pan frito. La merluza es una pieza capital en la cocina vasca, disecándose, como exquisito refinamiento, la región yugular de este pez para extraer las *kokotxas.* La merluza en salsa verde es un guiso divulgadísimo, cuya salsa –como en casi todos los guisos vascos de pescado– consiste en una emulsión de aceite con los jugos de la merluza. Esta emulsión –que es uno de los grandes principios que debemos a la cocina vasca– se favorece con un suave movimiento de rotación que se imprime a la cazuela.

Otra pieza fundamental es el bacalao, que los vascos han convertido en plato de primera categoría, gracias a su sabiduría en prepararlo. En el ajo arriero, el bacalao, desmigado, se rehoga en aceite con ajos, pimientos, tomates y guindillas, con lo que resulta algo realmente sabroso y, también, fuerte. En la *zurrukutuna,* de la que existen varias recetas, el bacalao se prepara con ajo, tomate y pan.

Otras fórmulas, divulgadas incluso internacionalmente, son el bacalao a la vizcaína, al pil-pil y ligado. José María Busca Isusi describe así estos guisos de bacalao:

«La preparación a la vizcaína es como sigue: se pican cebollas y se cuecen lentamente en una cazuela con manteca, El añadir aceite de oliva no es obligatorio. Se puede agregar a este cocimiento un poco de perejil, jamón y pimienta. La operación tiene que ser muy lenta para que no se caramelice el azúcar de la cebolla.

»Al cabo de unas tres horas, cuando la masa está ya muy reducida, se le añade agua hervida y se la deja hervir durante unas dos horas más. A continuación, se pasa por un colador fino y se le añade la pulpa de los choriceros –uno por tajada– y que han estado a remojo durante unas doce horas. Se añade la yema de dos huevos cocidos, desleída en agua y algo de grasa de tocino. Se ponen en cazuela de barro las tajadas con la piel hacia arriba, sin amontonamientos, se añade el puré y se le da un hervor



hasta que queda unificado el plato. Esta operación tiene que ser lenta.

»Este plato mejora si se recalienta. Parece que ello es debido a que en el tiempo que media entre la preparación y el recalentamiento se intensifica el cambio de sabores entre salsa y pescado. En los pescados frescos este intercambio es rápido, pero parece que las células del bacalao, a pesar de su temple, son un poco inertes.

»El bacalao al "pil-pil" se reduce a poner las tajadas del bacalao en finísimo aceite de olivas y darles un tratamiento igual al de las angulas. El aceite debe quedar transparente. Por su simplicidad exige que el bacalao sea de la mejor calidad, ya que no existe salsa que pueda atenuar sus defectos.

»Frecuentemente se confunde el bacalao al "pil-pil" con el bacalao "ligado". La salsa para este plato se prepara mediante un procedimiento análogo al utilizado para la salsa verde. En esta salsa hay que emplear el agua donde se ha templado el bacalao, debido a que las tajadas, a pesar del prolongado remojo, no tienen la suficiente para producir emulsión».

Finalmente, citaremos la *purrusalda,* en la que junto al bacalao intervienen los puerros y las patatas.

Otro plato famoso lo constituyen las angulas que, como es sabido, son las crías de la anguila. En el libro de Ignacio Doménech, se leen estas dos fórmulas:

ANGULAS EN CAZUELA
(TXITXARDIÑAK ERRATILLUAN)

«Todo el mundo sabe que las angulas se venden cocidas. Es la de cocerlas una operación complicada, que quiere manos diestras y aparatos especiales. Para servirlas a una mesa es preciso "recalentarlas", y esto también hay que hacerlo con método.

»En una cazuela de barro de forma especial, con bordes muy bajos y fondo plano, se ponen cuatro cucharadas de aceite, un ajo mondado, cortado en dos o tres trozos, y un pimiento seco partido en dos, a lo largo, y limpio de semillas.

»Cuando el ajo está dorado se retira y se echa en la cazuela medio kilo de angulas, se dejan un minuto en ella sobre el fuego para que se calienten, sin refreírse, y cuando están calientes se sirven en la misma cazuela sobre una fuente con servilleta.

»Mientras se calientan, las angulas deben moverse lo menos posible y para ello emplear dos tenedores, que se clavan entre la cazuela y

las angulas, empezando por los bordes opuestos, se deslizan los tenedores hacia el centro de la cazuela, donde se juntan; entonces se levantan hacia arriba y, repitiendo la operación, se mezclan las angulas.

»Como sazonamiento no admite este guiso más que sal, si es necesaria, pimienta y un poco de pimentón; éste se reemplaza casi siempre con la pulpa del pimiento que se rehogó con el aceite y que no se retiró de la cazuela.

»Cada trozo de pimiento se coloca con la piel hacia abajo, se sujeta con un tenedor contra el fondo de la cazuela y con el otro se raspa el pimiento, quitando así su pulpa, que se mezcla con las angulas. »Éstas deben calentarse al momento de servirlas, y en ningún caso refreírlas ni secarlas al fuego.»

ANGULAS EN CAZUELITA
(TXITXARDIÑAK ERRATILLUAN)

«La angula típica, recién guisada, debe presentarse a la mesa chisporroteando, sin mucho aceite; éstas son sus características típicas.

»En una cazuela puesta sobre el fuego con media tacita de las de café de aceite, se fríen primero dos dientes de ajo con un pedacito de guindilla.

»Cuando los ajos queden bien fritos se les echan 150 gramos de angulas, se menean a fuego vivo con un tenedor de boj o de metal, metiendo por las esquinas y bajándolo por el centro, a fin de que absorban bien todo el aceite. Tan pronto queden bien calentadas y chisporroteando se sirven en el acto.»

De las angulas pasaremos al besugo, que es el pescado clásico del invierno, pues suele comerse por Navidad, no sólo en Vasconia sino en otras regiones españolas. Se come guisado, escabechado y al horno –en esta última forma, con aceite, tomate, vino, aceitunas y limón, espolvoreándolo con pan rallado–. Pero la forma tradicional es asado a las brasas, a la donostiarra, y nosotros hemos visto asarlo en la calle cierto día festivo en que almorzamos en Pasajes de San Juan. Antonio Peña y Goñi, citado por José María Busca Isusi, decía que en Nochebuena le venía nostalgia de San Sebastián, su ciudad, pues evocaba el *bishigu*, el besugo asado, con su piel tostada, que cruje entre los dientes. Según este escritor de finales del siglo XIX la receta del besugo asado es la siguiente:

«Se limpia con mucho esmero el besugo, se le espolvorea de sal y se deja colgado en lugar fresco y conveniente. Una hora antes de



presentarlo a la mesa se coloca el pescado en unas parrillas debajo de las cuales arde vivo fuego de carbón de encina. Cógese entonces la pluma de un capón, se moja en aceite crudo y se unta con ella el besugo suavemente, dándole varias veces vueltas hasta que la piel esté bien tostada. Cuando llega el momento de servirlo, ábrase el pescado y rocíese de aceite muy caliente con ajos y unas gotas de limón. Tal es el besugo a la donostiarra. La fórmula general es fácil, los detalles particulares se hacen refractarios a toda explicación. Hay en la composición de este plato tales refinamientos de culinaria, matices tales de "instrumentación", que los maestros en el arte se sirven de plumas de capón arrancadas de la rabadilla del ave, precisamente de la rabadilla, para ofrecer condiciones especiales para el ungimiento».

Las sardinas son otro de los regalos de las costas vascongadas, y suele decirse que las de invierno son enjutas y sin sabor, y las del verano grasientas y aptas para ser comidas. Se recomienda las pescadas entre la Virgen del Carmen (16 de julio) y la Asunción (15 de agosto). Se comen asadas (la mejor manera, según muchos gastrónomos), fritas, en *marmitako,* rebozadas, escabechadas, etcétera. Julio Camba ha escrito, en la *Casa de Lúculo,* páginas antológicas sobre la sardina, de la que dice que «una sola es todo el mar, a pesar de lo cual yo le recomendaré al lector que no se coma nunca menos de una docena; pero vea cómo las come, dónde las come y con quién las come».

Los chipirones en su tinta (jibias) han logrado una difusión completa en todo el ámbito peninsular, existiendo varias fórmulas para cocinarlos, aunque muy poco diferentes entre sí. Se sirven en cazuela y con pan frito.

Si pasamos ahora a los crustáceos y moluscos, recordaremos siempre los versos de Verlaine evocadores de las propiedades, tiernamente afrodisíacas, de aquéllos:

*Chaque coquillage incrusté*
*Dans la grotte où nous nous aimâmes*
*A sa particularité.*
*L'un a la pourpre de nos âmes*
*Dérobée au sang de nos coeurs*
*Quand je brûle et quand tu t'enflammes;*
*Cet autre affecte tes langueurs*
*El tes pâleurs alors que, basse,*

*Tu m'en veux de mes neux moqueurs;*
*Celui-ci contrefait la grâce*
*De ton oreille, el celui-là*
*Ta nuque rose, courte el grasse;*
*Mais un, entre autres, me troubla.*

Existen la lapa, el bígaro, el mejillón, la ostra –que en Laburdi se come con una salchicha frita, lo mismo que en Normandía–, las almejas de río y de mar (guisadas a la marinera), el percebe, la quisquilla, el camarón gris, la cigala, la nécora, el langostino, el cangrejo, la langosta *(otorraina)* y el bogavante *(mishera)*, el cangrejo de río y el centollo o *shangurro*. De este último, Nicolasa da una fórmula que copiamos a continuación:

«Se pone a cocer con agua de mar, y de lo contrario, con sal y verduras. Una vez haya hervido el agua se mete el centollo y se le deja quince minutos. Después de frío se separan todas las carnes de las patas y del interior, y en la cáscara queda agua que hay que pasar por el chino.

»La preparación es la siguiente: se pone en una sartén aceite con cebolla picada, un diente de ajo, muy picado; cuando se ve que va a tomar color dorado se le añade un vaso de vino blanco (hay quien le gusta coñac), se reduce y después se le agrega el caldo y demás que se ha pasado por el chino (un poco de pimienta blanca, una cucharadita de salsa inglesa, un poco de mostaza), según los gustos, un par de cucharadas de tomate, que estará preparado. Cuando todo esto se haya reducido se le añade un poco de cáscara de pan rallado. Una vez hecha esta preparación se le añade las carnes del centollo, y cuando todo esté sazonado se le pone en la cáscara y se añade un poco de mantequilla en el momento de servir y un poco de cáscara de pan rallado, metiéndolo en el horno».

En el capítulo de las carnes, diremos que éstas son inmejorables en todo el País Vasco, y se asan a las mil maravillas. Son famosas las chuletas de Azpeitia, de 500 a 700 gramos, el cordero y el gorrín asado, la chuleta de buey a la bilbaína o al estilo de Villagodio, el capón al *burruntzi* y las codornices en hoja de parra (asadas con manteca de cerdo y tocino y envueltas con la hoja de parra).

Si de los asados pasamos al capítulo de los estofados y guisos, citaremos el lomo con leche, los pimientos rellenos, los morros a la vizcaína, la menestra a la bilbaína, los callos al ferial, la lengua de ternera



con nueces, el conejo en piparrada, los tripacallos a la vizcaína, las chuletas de cerdo con vino tinto, el pollo a la Irouleguy, los chimbos o pajaritos fritos, el ganso adobado –en un intento de emular el *confit d'oie* perigordino–, etcétera.

Entre los productos lácteos es preciso mencionar la cuajada o *mamiya*, el requesón o *gaztanvera* y, naturalmente, los quesos. Son excelentes los de Urbía, Urbasa, Aralar y el de *kashera* de San Sebastián, ahumado y de corteza ambarina.

Si inventariamos ahora la repostería, habremos de empezar por los rellenos de Vergara y seguir con la crema frita, los bizcochos de Mendaro, la tarta de almendra de Segura, las mantecadas de Tudela, los almendrados de Tolosa y los tarros de yema de Villarreal de Urrechua.

En cuanto a las bebidas, la más popular es el chacolí, vino ácido y ligero, cultivado en las cercanías del mar. Son apreciados los vinos de Zarauz-Guetaria y los de Baquio. Sin embargo, en La Rioja alavesa se producen, como es notorio, vinos de excepcional calidad.

La sidra no se consume como antes. Las mejores son de la parte baja de Guipúzcoa y, a diferencia de la asturiana, no hacen espuma.

No podríamos terminar este sumario examen de la cocina vasca sin referirnos a las célebres sociedades gastronómicas de San Sebastián, cobijadas todas ellas en el barrio de pescadores. Son sociedades sólo para hombres –cada socio tiene una llave del local–, de *tripasais* –el que cuida de su vientre–, y de sus ágapes están excluidas las mujeres. No comprendemos las razones de tan severa norma, porque nos sentimos románticamente inmersos en el culto y cultura de la mujer, del *trobar clus* caballeresco, pero Luis Antonio de Vega, que es vasco, dice sobre el origen de la prohibición de que fémina penetre en estos templos de gastronomía guipuzcoana: «Creo haberla encontrado en la tradición de los viejos euskaldunes, que imponía a la mujer, a la hija y a la hermana que se volviesen cara a la pared cada vez que el hombre bebía».

La más antigua de las sociedades gastronómicas guipuzcoanas es Cañyoyetan (Entre los Cañones), fundada a principios del siglo XX; disidentes de esta sociedad fundaron, en 1916, Gaztelupe (Bajo el Castillo); y disidentes, a su vez, de ésta, fundaron después Aizepe (Bajo el Viento). Otra sociedad reputada es Ollagorra (Becada), pero la más famosa de todas ellas es Gaztelubide (Camino del Castillo), fundada en 1934, con 175 socios y una *fanfarra* de instrumentos de viento, integrada por socios que para tocar se ponen uniforme. Una anécdota cuentan los socios de Gaztelubide: acudieron a la sociedad Beniamino Gigli y la cantante Mafalda Favero, que, para burlar la

famosa prohibición, iba disfrazada de hombre. Sin embargo, la descubrieron y, como castigo, la hicieron cantar durante una hora.

No obstante, en estas sociedades se rinde culto al buen sentido, y en ellas se podría grabar la décima de Francisco Gregorio de Salas:

Vida honesta y arreglada,
hacer muy pocos remedios
y poner todos los medios
de no alterarse por nada.
La comida moderada,
ejercicio y distracción
tener muy poca aprensión,
salir al campo algún rato,
poco encierro, mucho trato
y continua ocupación.

O su celebrada variante:

Atmósfera despejada,
vestido limpio y decente,
sin que en mejillas ni frente
brillen afeites por nada;
la comida moderada,
el beber con discreción,
y cumplir la obligación
aunque se juegue algún rato;
docilidad, gran recato
y continua ocupación.

En una cosa sospechamos que no estarían de acuerdo: la moderación en la comida. Los *tripasais* son hombres de recio apetito y deben de pensar que, tal como viene expresado en *El amparo* (introducción e interesantes consejos de las autoras), «una buena cocina es un preservativo para la salud».



# Selección de recetas

## LOMO DE CERDO CON LECHE

*4 personas*

1 trozo de lomo de cerdo de 600 a 800 gramos
80 gramos de manteca
1 diente gordo de ajo
1/2 litro de leche
pimienta en polvo

El lomo de cerdo, recortado de grasas y frotado con el ajo, se sazona con sal y pimienta y se pone en una cacerola o brasera.

Distribúyase la manteca por encima y póngase al fuego hasta que se dore por todos los lados.

En este punto se le quita grasa, si es que hay en demasía, y se cubre totalmente con la leche, hervida de antemano. Cuézase suavemente, hasta que la leche cambie de color; la salsa espesará un poco y debe resultar algo justa.

Para servirse, se corta el lomo en lonjas delgadas y se coloca en fuente caliente. Luego se cubre con la salsa.

Este plato puede acompañarse con patatas doradas o en puré o con pimientos fritos.

## CODORNICES EN HOJAS DE PARRA

*4 personas*

8 codornices blancas y gordas, con la grasa dura
8 albardillas delgadas de tocino de jamón, para envolver las codornices
16 hojas de parra
1 vasito de vino rancio seco
8 costrones o picatostes de pan de molde algo rectangulares, de unos 7 centímetros de largo que se fríen en manteca o aceite
1 limón grande
4 o 6 manojitos de berros, que se escogen y ponen en agua fresca

A las codornices, una vez limpias, se les espolvorea sal interior y exteriormente. Se envuelven en sendas albardillas de tocino y, a continuación, se cubre cada codorniz con dos hojas de parra. Los paquetitos que resultan se sujetan con un poco de bramante. Se ponen en una tartera, con un cacillo de caldo, y se asan

a fuego vivo por espacio de 15 minutos, aproximadamente. Una vez asadas, se sacan de la tartera y ésta se pone al fuego, se le echa el vino, que se deja consumir hasta la mitad y se le agrega un cucharoncito de caldo al objeto de formar el jugo para las codornices; después de unos minutos de cocción, se pasa por el colador fino.

Para servirlas a la mesa se colocan en la fuente caliente –cada codorniz va desprovista de las hojas de parra pero conserva la albardilla de tocino–, sobre un costrón de pan frito, se rocían con parte del jugo y se guarnecen o adornan con los berros bien escurridos y cuatro trozos de limón rizado.

El jugo sobrante se sirve en salsera.

Nota: en algunos restaurantes, siguiendo la costumbre de determinadas provincias francesas, para el primer envoltorio no emplean la albarda de tocino, sino la hoja de parra.

## CHIPIRONES EN SU TINTA

*4 personas*

800 gramos o 1 kilo de chipirones
200 gramos de cebolla picada
200 gramos de tomates maduros,
sin semillas y picados;
puede emplearse puré de tomate
en menor cantidad
1 diente grande de ajo
3 decilitros de aceite
1 vaso de vino blanco
60 gramos de harina
1 hoja de laurel
perejil
pimienta (facultativo)
sal

Una vez limpios, a los chipirones –se reservan las vejigas de las tintas para emplearlas en último término– se les recogen las alas y tentáculos dentro de la bolsa y ésta se cierra con un palillo.

Se les espolvorea sal, se pasan ligeramente por harina y se fríen en el aceite. A medida que se terminan de freír se van colocando en una cacerola.

Una vez fritos, en el mismo aceite –si hay demasiada cantidad se retira una parte del mismo– se fríe, hasta dorarlo, el ajo picado, la cebolla y la hoja de laurel.

Cuando ha tomado color se le agrega el tomate, que se fríe también. Al quedar consumido se le añade el vino y, una vez reducida parte de éste, se moja con caldo blanco o agua caliente. Se cuece durante unos minutos y se vierte sobre los chipirones.

Se tapa la cacerola y se dejan hervir despacio hasta que quedan tiernos.

Mientras se cuecen, se disuelve la tinta con un poco de vino blanco o agua y se vierte sobre los chipirones.

Éstos, una vez cocidos, se van poniendo en otra cazuela de barro, de fondo llano –pues lo típico es servirlos en la cazuela de barro–, se les separan los palillos y se cubren con la salsa, que deberá ser espesita, pasada por el colador fino. Sírvanse bien calientes, con un poco de perejil picado por encima. Hay quien los acompaña con arroz blanco salteado, servido aparte.



## ZURRUKUTUNA

*4 personas*

400 gramos de bacalao seco, grueso
1 cebolla mediana, picada
2 dientes de ajo
1 decilitro de aceite
1 cucharadita pequeña de pimentón
150 gramos de pan de sopa, pistola,
cortado a láminas y tostado
sal

Se asa el bacalao sobre la placa de la cocina o en las parrillas y, una vez asado, se desmenuza en trozos finos, a los que se les separan las pieles y espinas. Después se lavan en agua, para desalarlos. Bien lavados se escurren y se reservan.

En una cazuela honda, con el aceite, puesta al fuego, se rehoga la cebolla.

Cuando empiece a dorarse, se le añaden los ajos picados, el pimentón y el bacalao desmenuzado.

Se rehoga éste y se moja con un litro de caldo o sencillamente de agua. Se deja hervir despacio durante 1/2 hora.

Se rectifica la sal y se le añade el pan. Al cabo de unos minutos más de cocción se mete en el horno para que se tueste y se sirve a la mesa seguidamente.

## KOKOTXAS DE MERLUZA EN SALSA VERDE

*4 personas*

1/2 kilo de kokotxas,
lo más frescas posible
2 dientes de ajo, también
finamente picados
1 cebolla grande, picadísima
1 cucharada colmada
de perejil triturado
2 decilitros de aceite

En una cazuela de barro de fondo plano se fríe en el aceite la cebolla. Momentos antes de que ésta termine de dorarse se le añade el ajo y perejil.

Ya dorada, se echan las *kokotxas*, bien escurridas y ligeramente sazonadas con sal, un cucharoncito de caldo y un poquito de pimienta (facultativo). Tápese la cazuela. Cocción a fuego lento durante 15 minutos.

Sírvase en la misma cazuela de barro. La salsilla debe quedar algo clara y abundante.

## CHULETAS DE BUEY A LA BILBAÍNA

*4 personas*

2 chuletas de excelente buey cebón,
de un dedo de espesor,
con su correspondiente palo,
cortadas del lomo alto
unos minutos, rociadas
con un chorrito de aceite
y zumo de limón
1 limón

| | |
|---|---|
| Se pulen, se recorta algo el palo o mango y se ponen a macerar | 2 docenas de pimientos pequeños<br>2 decilitros de aceite |

Los pimientos se fríen enteros, en aceite, con la sartén tapada.

Unos veinte minutos antes de servir nuestro plato, se asan las chuletas sobre un fuego de carbón de encina, en las parrillas preparadas al efecto.

Se pintarán las chuletas con un poco de aceite y se les dará la vuelta cuando estén asadas por un lado. Antes de retirarlas, se sazonan con sal.

Para servirlas a la mesa se ponen en la fuente caliente, y se guarnecen con los pimientos pelados, que se procurará no romper, sin semillas y espolvoreados con un poco de sal. Acompáñense con cuatro trozos de limón.

## MORROS A LA VIZCAÍNA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1.500 gramos de morros de ternera | 1 zanahoria mediana |
| 800 gramos de cebollas (una de las cebollas pequeñas con dos clavillos de especia incrustados) | 1 puerro grande<br>unos granos de pimienta<br>2 yemas de huevo duro o bien |
| 8 pimientos salseros (ñoras), sin pepitas y puestos en remojo la víspera | unas rebanaditas de pan fritas<br>60 gramos de harina |
| unas cortezas de tocino que no estén rancias o grasa de jamón | 2 huevos batidos<br>2 decilitros de aceite |

Se lavan, se cortan los morros en trozos y se ponen a cocer unos minutos con agua y sal. Luego se escurren y se colocan en una marmita, renovada el agua, con las hortalizas, la pimienta y clavillos. Se ponen de nuevo a cocer. Mientras, se prepara la salsa, que será idéntica a la de los tripacallos a la vizcaína.

Una vez cocidos, los trozos de morro se escurren en el colador, se pasan por harina y huevo batido y se fríen.

A medida que se fríen, se van poniendo en una cazuela de barro de fondo plano. Luego se cubren con la salsa y se dejan cocer despacio durante, aproximadamente, una hora. Si se desean picantes, añádase un poco de pimienta negra en polvo. Sírvanse en la misma cazuela.

## MERLUZA EN SALSA VERDE

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 4 rodajas de merluza de 150 gramos cada una, preferible del centro, escamadas | 3 dientes de ajo picados<br>1 decilitro de aceite<br>1 limón<br>pimienta blanca en polvo |
| 24 o 28 puntas de espárragos verdes | perejil |



Póngase al fuego una cazuela de tierra de fondo liso, en la que se habrá echado el aceite. Calentado éste, se le añaden los ajos y a continuación una buena cucharada de perejil picado.

Se remueve con la espumadera y se vierte un poco del agua de los espárragos, que pueden ser del tiempo o de conserva, sin olvidarse de que la merluza, al cocerse, desprenderá también cierta cantidad de agua.

Se sazona la merluza con sal, un poquito de pimienta y zumo de limón y se pone en la cazuela.

A medida que cuece, se imprime un ligero movimiento de rotación a la cazuela.

Por encima de la merluza se colocan las puntas de espárragos y se termina de cocer en el horno o sobre la placa.

Sírvase en la misma cazuela.

## SARDINAS ASADAS

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 24 sardinas grandes | 100 gramos de mantequilla |
| 1 decilitro de aceite | perejil picado y sal |

A las sardinas frescas se les pasa un paño y, sin vaciarlas, se sazonan con sal y aceite y se colocan sobre las parrillas, preparadas al efecto sobre leña o carbón de encina. Cuando las sardinas están asadas por un lado se les da la vuelta.

Colóquense en fuente, écheseles perejil picado por encima y un trocito de mantequilla a cada una. Con el calor, la mantequilla se irá derritiendo.

## BESUGO ASADO A LA DONOSTIARRA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 besugo de un kilo, piel rosada, carne dura y ojos límpidos | 3 decilitros de aceite<br>1 limón grande |
| 6 dientes de ajo grandecitos | sal |

El besugo, una vez limpio, se enjuga con un paño, se le espolvorea sal, se rocía con zumo de limón y unas gotas de aceite y se deja en sitio fresco por espacio de sesenta minutos.

Una hora antes de presentarlo a la mesa se pone en las parrillas preparadas al efecto sobre un fuego de carbón de encina. Con la ayuda de un pincelito o de una pluma de pavo o capón, se moja con aceite crudo y se le dan varias vueltas, hasta que la piel queda bien tostada.

Cuando está asado, se pone el besugo en la fuente y se rocía con parte del aceite en que previamente se hayan frito los ajos.

Éstos se machacan en el almirez y se les mezcla poco a poco el resto del aceite en que se han frito, sal y dos cucharadas de zumo de limón. Luego se trabaja bien esta salsa y se aplica al besugo asado.

## TIORO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 600 gramos de pescados tales como rape, mero, merluza, pescadilla o pescado de roca | 1/4 de litro de chacolí |
| 2 grandes cebollas bien picadas | 3 decilitros de aceite |
| 1 puerro grueso | 8 costrones o rebanadas un poco gruesas de pan, fritos en aceite |
| 3 cucharadas colmadas de puré de tomate | perejil |
| 1 atadillo de hierbas aromáticas en el que no debe faltar hinojo | pimienta en polvo |
| | sal |
| | 1 litro de agua |

En una cacerola o cazuela de barro honda colocada al fuego se pone el aceite, la cebolla y el atadillo de hierbas.

Cuando empieza a dorarse, se añade el tomate y el pescado limpio, en trozos, si son piezas grandes.

Se rocía con el chacolí y se le espolvorea un poco de pimienta y sal. Tápese la cazuela y déjese cocer suavemente durante unos minutos, para agregar a continuación el agua hirviendo.

Cocción lenta durante unos 35 minutos. A continuación, rectifíquese la sal si es necesario.

Se reparte el pescado en cuatro platos soperos, se añaden dos rebanadas de pan frito por plato y se cubre todo con el caldo.

## PURRUSALDA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 200 gramos de bacalao desalado | 300 gramos de patatas |
| 400 gramos de puerros | 2 decilitros de aceite |
| 1 pequeña hoja del laurel | 2 dientes de ajo |
| 1 gramo de pimentón | pimienta |
| | sal |

En 1/2 litro de agua se cuece durante 7 minutos el bacalao desalado.

En una olla o marmita, puesta al fuego con el aceite, se empieza por freír los ajos que, una vez dorados, retiraremos y reservaremos.

Echaremos en el aceite los puerros, cortados en rajitas o en tiras más o menos gruesas, las patatas, en lonchitas delgadas, y el laurel.



Se rehoga bien todo, sin que llegue a tomar color, y se le une el bacalao desmenuzado, sin pieles ni espinas, un poco de pimienta y el agua de la cocción del bacalao, más medio litro de agua caliente o caldo de pescado.

Cocción continuada y suave por espacio de treinta y cinco minutos, momento en el que empezarán a deshacerse las patatas.

Mientras cuece, se incorporan los ajos que hemos frito en un principio, machacados en el almirez con el pimentón y disueltos con un poco del caldo de la sopa.

Rectifíquese la sal.

Antes de servir la *purrusalda* a la mesa, retírese la hoja de laurel.

## BACALAO AL AJOARRIERO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1/2 kilo de bacalao grueso, no muy seco, sin remojar | 2 pimientos morrones grandecitos, cortados en tiras |
| 250 gramos de tomates maduros, medianos, pelados, sin semillas y picados | 4 dientes de ajos |
| | 1 guindilla pequeña |
| | 2 decilitros de aceite |
| | perejil |

El bacalao se desmiga en tiras largas y, sin espinas ni pieles, se pone a desalar. Se le cambia el agua dos o tres veces; luego se escurre, comprimiéndolo con ambas manos. En una cazuela de barro se echa el aceite, se pone a fuego lento y se empieza por freír los ajos picados y la guindilla. Antes de que tomen color, se añade el bacalao desmigado y escurrido y se rehoga despacio hasta que vaya a tomar aspecto de fritada.

En este punto se le mezcla el tomate picado y los pimientos, se deja consumir toda la acuosidad del tomate, que se removerá de vez en cuando con un tenedor. El tomate necesita unos 10 o 15 minutos para freírse.

Rectifíquese la sal.

Sírvase en la misma cazuela, con un poco de perejil picado, que se echará por encima.

## ALMEJAS A LA MARINERA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 kilo de almejas más bien pequeñas que grandes | 2 dientes grandes de ajo, picados |
| 1 cebolla grandecita, bien trinchada | 1 vaso de vino blanco |
| 4 tomates medianos, maduros, pelados, sin semillas y triturados | 1 limón |
| 2 decilitros de aceite | 1 hoja de laurel |
| | pimienta |
| | sal |

Las almejas se lavan en varias aguas y se dejan sumergidas en abundante agua fría. Póngase al fuego una sartén grande, con el aceite, la cebolla, los ajos y el laurel. Así que empiece esto a tomar color, se le añaden los tomates. Refríase todo bien y échesele el vino blanco, que se dejará reducir unos minutos, para terminar añadiendo las almejas bien escurridas, pimienta y perejil picado.

Cocción viva hasta que las almejas se hayan abierto totalmente y formen una magnífica salsilla.

Rectifíquese la sal.

Por último, se rocía el guiso con zumo de limón y se sirve.

## BACALAO A LA VIZCAÍNA

*4 personas*

400 gramos de bacalao seco, que se corta en trozos más largos que anchos, y se pone en remojo por espacio de 24 horas, en el curso de las cuales se le cambia el agua tres o cuatro veces
12 pimientos salseros (ñoras) secos, que se abren y, sin pepitas, se ponen en remojo la víspera
1 kilo de cebollas
3 decilitros de aceite o manteca
3 dientes de ajo
4 tomates medianos maduros, picados
unas cortezas de tocino, que no sean rancias, o grasa de jamón
2 yemas de huevo duro
1 hoja de laurel
2 terrones de azúcar
sal

El bacalao se escama y se coloca en una cacerola. Se cubre con agua fría, se le pone el laurel y se cuece a fuego vivo.

Cuando se forma una espumilla blanca en la superficie y antes de que empiece a hervir el agua, se retira la cacerola del fuego.

En cuanto se enfría, se le quitan al bacalao todas las espinas y pieles, sin deteriorar los trozos, y se prepara la salsa siguiente:

En una cacerola, con la manteca o aceite, se rehogan las cortezas de tocino y los ajos enteros y, al dorarse, se les une las cebollas, cortadas largas y delgadas.

Se cuece poco a poco, al objeto de evitar la caramelización del azúcar de la cebolla. Una vez bien cocida y ligeramente rubia, se añaden los tomates, la carne de los pimientos, raspada con un cuchillo, los terrones de azúcar, las yemas de huevo duro y un poco del agua en que se ha escalfado el bacalao.

Cocción lenta durante 30 minutos. Luego se pasa todo este puré por el tamiz, prensándolo bien.

Una vez pasado se vuelve a poner al fuego. Debe resultar un puré algo claro; de ser necesario, se aclarará con un poco del agua del bacalao. Rectifíquese la sal.

En una cazuela de barro de fondo plano se vierte un cucharoncito de la salsa preparada; encima se ponen los trozos de bacalao, con la piel hacia arriba, se cubren totalmente con la salsa y, unos 15 minutos antes de llevar la cazuela a la mesa, se pone al fuego y se deja hervir lentamente.

## LENGUA DE TERNERA CON NUECES

*4 personas*

1 lengua de ternera descargada, de un kilo
10 o 12 nueces mondadas
1/4 de litro de leche
500 gramos de patatas
1 cebolla
1 zanahoria
1 puerro
1 diente de ajo
2 tomates medianos
1 vaso de vino blanco
1 decilitro de aceite o manteca
1 hoja de laurel
unos granos de pimienta
1 o 2 clavillos de especia
sal

La lengua se escalda en agua hirviendo y se pela a base de rascarla con el cuchillo. En una cacerola y sobre un lecho formado por la cebolla, la zanahoria, el puerro –cortado todo en rodajas delgadas–, ajo, laurel, pimienta y clavillo se pone la lengua sazonada con sal. Después, se rocía bien con el aceite.

Se tapa la cacerola y se mantiene en el fuego hasta que las verduras empiezan a dorarse. Se da la vuelta a la lengua para que tome color por el otro lado.

Se escurre la grasa, si hubiera demasiada, se le añade el vino, los tomates a trozos y un poco de caldo o agua.

Cocción lenta y continuada hasta que la lengua esté cocida y haya formado un excelente jugo corto.

La salsa de nueces: se machacan las nueces en el mortero y se remojan con unas gotas de agua. Al quedar transformadas en una pasta fina se ponen a cocer en una cacerolita con la leche. Tras unos minutos de cocción, se le adiciona el jugo de la lengua. Se deja hervir unos minutos más y se pasa por el colador fino.

Al servir nuestro plato colóquese en la fuente la lengua cortada.

En los lados o extremos se disponen dos montoncitos de patatas largas fritas, se cubre la lengua con la salsa y el resto se sirve en salsera, al mismo tiempo.

## BIZCOCHOS DE VERGARA RELLENOS

Para el bizcocho:
6 huevos
200 gramos de azúcar
200 gramos de harina
80 gramos de azúcar lustre
canela en polvo

Para el relleno:
10 yemas de huevo
150 gramos de azúcar

Se montan los huevos en el perol, con el azúcar, cerca de la plancha de la cocina para que se caliente un poco la masa y se facilite así el esponjado del bizcocho.

Una vez montados, se añade poco a poco la harina, tamizada, y, en placas forradas de papel blanco untado de manteca y con un espolvoreo de harina, se marcan líneas largas de masa puesta en manga de boquilla ancha y lisa, como si se tratara de hacer bandas para brazo de gitano.

Se espolvorea azúcar lustre por encima y se cuece a horno suave.

Una vez cocidas las bandas de bizcocho, se desprenden del papel y se cortan trozos rectangulares e iguales, que se ahuecan un poco, se rellenan con yema blanda -puede hacerse también con mermelada espesa, crema o cabello de ángel- y se juntan de dos en dos.

Se bañan en un almíbar al que se ha dado punto de bola y se ha dejado enfriar.

Se disponen en una placa, se les espolvorea un poco de canela y se secan en la estufa o a la boca del horno.

Se envuelven en papel fino.

Yema para el relleno: se ponen en un cazo los 150 gramos de azúcar y un poco de agua para deshacerlo. Se deja cocer hasta que el jarabe se tiene casi a punto de bola: 30 grados en un pesajarabes.

En otro cazo o en un perolito se deslíen las diez yemas, con el batidor pequeño.

A éstas se les añade despacio el jarabe y, sin dejar de removerlo, se van espesando a fuego lento; no directo, pues se pega con suma facilidad.

En cuanto se haya espesado y cocido, se vuelca en una fuente para que se enfríe.

## CHIMBOS

*4 personas*

8 o más chimbos por persona
400 gramos de manteca
3 dientes gordos de ajo
200 gramos de pan rallado
3 cucharadas de perejil picado
sal

Una vez destripados y limpios, se les cortan a los chimbos las patitas y el pico, se sazonan los pajaritos con un poco de sal, por dentro y por fuera y se fríen en manteca. Una vez fritos, se sacan de ella y, si sobra mucha, se separa un poco, se le echa el pan rallado, con el ajo y perejil picados, y se remueve con la espumadera para que se fría hasta conseguir un bonito color rubio. Con ello se rocían luego los pajaritos.

Igualmente pueden prepararse sin sacar los chimbos de la sartén; en este caso se escurre parte de la manteca, aunque se deja la suficiente para poder freír un poco el pan con ajo y perejil. Mientras esto se fríe, se remueve con la espumadera hasta que queda seco y ligeramente dorado.



## MARMITAKO

600 gramos de atún o bonito cortado en trozos del tamaño de una nuez
2 cebollas grandes trinchadas
2 dientes de ajo picados
1 cucharada de pimentón
1 hoja de laurel
1 kilo de patatas
2 decilitros de aceite
1 trozo de guindilla (facultativo)
100 gramos de pan, cortado en rebanadas finas
sal

En un puchero o en una cazuela de barro honda se ponen a cocer las patatas, cortadas en trozos cuadrados, y el laurel.

No debe escatimarse el agua, pues el *marmitako* debe resultar caldoso.

Mientras, en la sartén, con el aceite, se fríen la cebolla y los ajos, a los que, cuando empiecen a dorarse, se les añade el pimentón y la guindilla. Se remueve un poco con la espumadera y se vierte todo en la cazuela que contiene las patatas.

Cuando falte poco para que terminen de cocerse se les añade el atún y un poco de sal. Unos minutos más de cocción con la cazuela tapada y se echa el pan.

Después de unos hervores queda el plato en disposición de servirse a la mesa, cosa que se hará en la misma cazuela.

## TRIPACALLOS A LA VIZCAÍNA

*4 personas*

unos 2 kilos de callos
1 hueso de jamón
1 kilo de cebollas (una cebolla, elegida entre las pequeñas, con dos clavillos incrustados)
una pequeña muñeca de tela fina con unos granos de pimienta
1/2 litro de vino blanco
8 o 10 pimientos salseros (ñoras) que se abren, se les saca las pepitas y se ponen en remojo la víspera
4 tomates medianos, picados
1 pequeña guindilla o pimienta en polvo
unas cortezas de tocino que no estén ancias, o grasa de jamón
2 yemas de huevo duro (puede emplearse también unas rebanaditas de pan fritas en vez de las yemas)
1 atadillo de hierbas aromáticas
80 gramos de manteca de cerdo
2 terrones de azúcar
perejil
sal

Los callos, una vez limpios, se cortan en cuadros regulares y se ponen a cocer en una marmita, cubiertos de agua.

Al cabo de unos minutos de ebullición se escurren y se les vuelve a poner agua, ésta en cantidad algo más abundante. Se les echa el hueso de jamón, la cebolla con los dos clavillos, la muñeca con la pimienta, el vino

blanco y el atadillo de hierbas. Se espuma cuando empieza a hervir y se deja cocer lenta y continuadamente durante unas 3 horas.

En una cacerola con la manteca se rehogan las cortezas de tocino y los ajos y cuando están dorados se le añade el tomate, que también se rehoga durante un momento, para echarle luego parte del caldo de los callos, la carne de los pimientos raspada con el cuchillito pequeño, las yemas de huevo duro y el azúcar.

Cocción por espacio de 30 minutos.

Luego se pasa esta salsa por el tamiz, prensando bien todos los ingredientes que la integran, de forma que resultará un puré más bien caldoso que si es preciso se aclarará un poco más con caldo de los callos.

Se le mezclan los callos bien escurridos, sin el hueso de jamón, la muñeca de pimienta, la cebolla y el atadillo.

Se rectifica la sal y pimienta si es preciso y se deja cocer unos minutos en la salsa, que tendrá más de espesa que de clara. Retírese la muñeca y sírvanse los tripacallos en cazuelitas o cazuela de barro de fondo plano, bien calientes y con un poco de perejil picado por encima.

## BACALAO AL PIL-PIL

*4 personas*

1 libra o 1/2 kilo de bacalao jugoso y tierno, de la parte lateral o delgada, cortado en trozos de 5 centímetros de ancho y puesto en remojo 24 horas, durante las cuales se le habrá cambiado el agua dos o tres veces
2 dientes de ajo pelados
1 trozo de guindilla (facultativo)
1 decilitro y medio de aceite, o más si se desea mayor cantidad de salsa

El bacalao se escama bien, se pone en una cacerola, se cubre de agua fría y se sitúa cerca del fuego hasta que empieza a formarse espumilla por encima (no debe hervir).

Acto seguido se escurren los trozos en un paño y se retiran las espinas que puedan haber conservado.

Tómese una cazuela de barro de fondo plano, en la que se verterá el aceite, y manténgase al fuego con los ajos y la guindilla, hasta que se caliente bien.

Cuando empiecen a dorarse los ajos, se cubre el fondo de la cazuela con los trozos de bacalao, con la piel hacia abajo, y se deja que se frían un poco.

A continuación se les da la vuelta teniendo mucho cuidado para que no se enrollen.

Sírvanse a continuación en la misma cazuela, sin batir el aceite ni mover el recipiente. Debe servirse el bacalao hirviendo, *pil-pileando*.



## COCIDO VASCO

*6 personas*

500 gramos de carne de vaca
1/2 gallina
200 gramos de jamón
250 gramos de tocino o un hueso de cerdo salado
2 chorizos o longanizas
1 berza o repollo
250 gramos de garbanzos puestos en remojo, en agua y sal, la víspera
250 gramos de judías encarnadas
250 gramos de tomates y 2 pimientos grandecitos
1 pequeña cebolla
aceite y sal

En casi toda la región vasca el cocido consta de tres ollas o pucheros diferentes; en uno de ellos se cuece la carne, jamón, gallina y los garbanzos. Este puchero, bien espumado a su tiempo, se tiene cociendo a un lado del fogón.

En otro se cuecen las judías encarnadas y con ellas el tocino o hueso salado de cerdo; como condimento de estas judías, suele ponerse un poco de aceite y media cebolla picada. Algunas familias incorporan a las judías aceite y cebolla cruda, mientras que en otras casas este aditamento se hace después de refreír ésta en aquél.

Las judías cuecen despacio y el caldo de ellas es escaso y espeso; se emplea para la sopa, como diremos al final.

En el tercer puchero se cuece la berza o repollo muy bien picado y lavado en varias aguas y escurrido.

Con el repollo se cuecen los chorizos o un trozo de longaniza. Cocido el contenido de los tres pucheros, se escurre el caldo de los garbanzos y se mezcla con el de la berza, en proporción de mitad y mitad; a esta mezcla se le añade una pequeña parte del caldo de las judías, y con ello se prepara la sopa que puede ser de pan o de pasta y que constituye el primer plato.

Después de la sopa se sirven, en fuentes diferentes, los garbanzos, la berza y las judías; todo esto debe comerse al mismo tiempo, mezclando cada comensal, en su plato, las proporciones que desee de cada cosa. Las carnes empleadas en los cocidos se ofrecen, al final, cortadas en trozos y mezcladas con una fritada de tomates o pimientos, y también unos y otros mezclados.

# Navarra

La cocina navarra presenta indudables analogías con la de Aragón, aunque quizá sea un poco más imaginativa. Dionisio Pérez dice que, por razón de viejas historias, tiene una mayor afinidad con la de Francia y, sobre todo, como es lógico, con la del Bearn. Con esta opinión se hubiera refocilado grandemente don Manuel Silvela, cuyos sentimientos germanófobos eran notorios. «La gastronomía», dijo, «verdadera antítesis de la filosofía alemana, llegó en el siglo de oro de Roma a un grado de esplendor incontestable; pero los grandes descubrimientos de Lúculo y Apicio perecieron con la irrupción de los bárbaros del Norte, y el arte culinario quedó sumido en el piélago de la ignorancia y voracidad germánicas.»

Empezaremos con un plato muy divulgado y conocido en toda España, las truchas a la navarra. La calidad de este pescado era conocida de muy antiguo, pues ya Aymerich Picaud lo ensalza en el *Codex Calixtinus,* al reseñar los itinerarios navarros de los peregrinos a Santiago de Compostela. Otra fórmula es la que curiosamente daba en verso el *Diccionario general de cocina,* del año 1892, y de la que es autor R. Rodríguez Correa:

Se va a un torrente
donde haya truchas
con una chica
morena o rubia.
Ella en el bosque
se queda oculta
en lo más denso
de la espesura.
Allí hace un hoyo
y al borde agrupa
las hojas secas
que al paso crujan.

El hombre, en tanto,
se va en ayunas
y a poco vuelve
con una trucha.
«Pescada, ¿cómo?»
¡Necia pregunta!
¡Jamás las pescan
bragas enjutas!

Robada a un choto
la leche pura,
cuando la madre

tranquila rumia,
manteca fresca
se obtiene en una
orza de barro
llevada adjunta.

Aunque un ataque
de nervios sufra
la compañera
morena o rubia,
con la hoja grande
de un cortaplumas
la trucha hermosa
se despanzurra.

Tripas y agallas
fuera por sucias...
¡pero si hay huevas
no se perturban!
Limpio el pescado
de cola a nuca,
con sal en polvo
se le satura,
con la manteca
nombrada supra
por mucho tiempo
se le embadurna.
De papel fuerte,
como envoltura,
un cucurucho
se hace a la trucha,
y amontillado
del «Non plus ultra»
se vierte a chorros
por la abertura.
Todo se encierra
como en las tumbas,
en aquel hoyo
de la espesura.

Las hojas secas
el hombre agrupa,
préndeles fuego,
el viento azuza,
yedras y trébol
tomillo y juncias
de luz y aroma
el bosque inundan.

¡Pronto cenizas
tan sólo ocultan
del pobre bicho
la sepultura!
La tierra escarban
entrambos a una
y un bulto negro
la luz alumbra.
Abren el bulto
con ansias sumas
y, ¡oh gran prodigio!
vese la trucha
sin dura escama
sin su piel ruda,
salir hirviente
de la envoltura.

Ruido de besos
después se escucha
y carcajadas
en la espesura.
Y cuando salen
de la penumbra
y un sol de fuego
tuesta y chamusca,
dice la chica
morena o rubia,
¿cuándo volvemos
a guisar truchas?



El cochifrito es otro de los grandes platos de Navarra, y hay quien lo considera una obra maestra; consiste en carne de cordero frita en manteca de cerdo y en cazuela de barro; luego se le añade cebolla, ajo, pimentón, pimiento, perejil y jugo de limón. Las chuletas de cordero a la navarra son excelentes, y el ya citado Post-Thebussem las considera el plato cumbre de Navarra. Teodoro Bardají nos da su puntual manera de hacerlas:

«Chuletas de cordero del "carré" sin recortar y sin limpiar la punta del hueso, aunque limpias de nervios y del espinazo, sazonadas.
»Se saltean a fuego vivo con manteca de cerdo y aceite mezclados en partes iguales. Una vez doradas se colocan en una tartera grande, si es posible, de barro. En la grasa de las chuletas se refríe un trozo de jamón cortado en cuadritos y una cebolla de igual forma. Cuando se están rehogando estos ingredientes, se añade bastante cantidad de tomate mondado y picado muy fino, se hace romper el hervor y se vierte el conjunto sobre las chuletas, poniéndolas en el horno cubiertas hasta que cuezan, pues el tiempo necesario varía según la calidad de las chuletas.
»Cuando están cocidas se cubre toda la superficie del cacharro, sea placa, plato o terrina, con rodajas muy delgadas de salchichón especial llamado chorizo de Pamplona, se da un golpe a horno fuerte y se sirven en seguida que el chorizo se funda un poco, sin quitarlas del cacharro donde se hicieron».

Mencionaremos asimismo el cordero al chilindrón, la perdiz con chocolate, el garbure navarro –potaje de patatas, judías, habas, guisantes, col con tocino, lomo, salchichas y hueso de jamón–, las tortas de *chachigorri* (tortas de chicharrones), el ajo arriero –que suele hacerse con langosta, además de con bacalao; es plato que algunos gastrónomos desaconsejan, pero que nosotros encontramos suculento–, los huevos al Roncal, etcétera.

Producto realmente único son los espárragos de Navarra, de calidad superior.

Hay un refrán castellano que dice:

Los de abril para mí;
los de mayo para mi año;
los de junio para ninguno.

También es muy conocido este otro:

Quien nísperos come
y bebe cerveza,
espárragos chupa
y besa a una vieja,
ni come, ni bebe,
ni chupa, ni besa.

Lhardy, en 1840, dio la fórmula para cocer espárragos:

«Metiéndolos que se bañen bien en agua fría ligeramente salada y poniéndolos a cocer sobre fuego vivo. Cuando el agua ha dado tres hervores, se retira la vasija del fuego, se tapa herméticamente y de ella se sacan directamente a la mesa, después de escurridos».

Ahora bien, ¿qué salsa es buena para los espárragos? Ángel Muro contesta a esta pregunta afirmando que cualquiera:

«La que guste más al interesado. La salsa blanca, la mayonesa (aceite, vinagre, sal y huevo escalfado), la manteca de vaca derretida, etc. Yo los como cortando las cabezas con el tenedor, y con una yema de huevo duro, mostaza, vinagre, aceite, sal y pimienta en el mismo plato; aplasto la yema y las cabezas, mezclo con el líquido y voy mojando y chupando uno a uno, sirviéndome de ambas manos alternativamente y dejando los rabos en otro plato que me hago poner enfrente del que como».

Porque eso de dejar los espárragos chupados en el mismo plato es –lo diremos en francés– *un peu sale.*

Y ya que estamos en Navarra, daremos la receta de los huevos carlistas, que publicó don Andrés Miralles en el *Almanaque de conferencias culinarias* de 1874:

«Se fríen los huevos como si se trataran de prepararlos estrellados y a continuación se sacan de la sartén, se dejan enfriar un poco y se rebozan en una bechamel dispuesta al efecto. Hecho esto, cúbranse con pan rallado, como las croquetas, y otra vez con ellos a la sartén hasta que la masa se ponga dorada. Entonces, fuera de nuevo, y a la mesa. "Ahí tenéis, en síntesis maravillosa", que diría el inconmensurable Zugasti, los huevos a la carlista».



Por último, daremos término a la gastronomía navarra mencionando el famoso queso del Roncal, propio de este valle pirenaico. Se elabora, con leche de oveja, durante los meses de junio y julio. Dícese que el más calificado divulgador de este queso fue el tenor Gayarre, natural del valle del Roncal, y que acostumbraba regalar a sus amistades quesos de su terruño.

## Selección de recetas

### CHULETAS DE CORDERO A LA NAVARRA

*4 personas*

12 o 16 chuletas de cordero de palo limpias de nervio y espinazo, pero sin recortar las puntas
100 gramos de jamón
1 cebolla grande
300 gramos de tomates maduros
250 gramos de chorizo de Pamplona
50 gramos de manteca de cerdo
1/2 decilitro de aceite
sal

Las chuletas de cordero se aplanan un poco, se sazonan con sal y se saltean, a fuego vivo, en la manteca y el aceite mezclados. Ya salteadas, se colocan en una tartera grande de barro. En la grasa que ha quedado de las chuletas se rehoga el jamón cortado a cuadritos y la cebolla, también cortada del mismo modo.

Al empezar la cebolla a dorarse se le añade los tomates pelados, sin semillas y picados muy finos; se deja reducir unos minutos, para que el tomate pierda su acuosidad, y se sazona con sal y un poquito de azúcar para contrarrestar la acidez.

En este punto, cúbranse las chuletas totalmente con el tomate y métanse en el horno hasta que estén cocidas, ya que el tiempo preciso varía según la calidad de ellas.

Una vez cocidas, se cubren con el chorizo cortado muy delgado, se les da un fuerte golpe de horno y en el mismo utensilio se sirven a la mesa, tan pronto el chorizo se funda un poco sobre el tomate.

### TRUCHAS A LA NAVARRA

*4 personas*

4 truchas de 250 gramos cada una
4 lonchas de jamón crudo, delgadas y anchas, para envolver las truchas hasta la cabeza
50 gramos de harina
2 decilitros de aceite
16 patatas torneadas en forma de huevo pequeño y cocidas en agua y sal
1 limón grande
sal



Una vez vaciadas y escamadas las truchas, se secan con un pañito; se sazonan con sal y zumo de limón, se pasan por harina, se enrolla cada una en la loncha de jamón, sujetando ésta con un palillo o tramilla y procurando que la cabeza quede al descubierto, y seguidamente se fríen en aceite, sacándolas bien doraditas.

Una vez fritas se ponen en la fuente en que deban servirse, se les retira el palillo o tramilla y se escaldan con el aceite restante bien caliente.

Se adornan alrededor con las patatas cocidas, pudiéndose guarnecer con rodajas de limón rizadas los bordes de la fuente.

Nota: otro procedimiento para preparar estas truchas consiste en hacer un rollito con el jamón e introducirlo en el vientre de la trucha (tratándose de truchas algo grandes) sazonada, enharinada y frita, etcétera.

### CORDERITO A LA CHILINDRÓN

*6 personas*

1 corderito lechal
300 gramos de jamón
1 cebolla mediana
6 pimientos grandes verdes o rojos
1 kilo de tomates pelados
1 ajo grande
2 decilitros de aceite
4 o 6 granos de pimienta machacados en el almirez
sal

El corderito se corta a trozos regulares que se espolvorean con sal y la pimienta molida y se echan en una sartén o caldereta, sobre el fuego, en la que se habrá refrito el diente de ajo con el aceite; se le añade el jamón, cortado a trozos pequeños, y la cebolla picada. Remuévase el conjunto con la espumadera y al empezar a dorarse la cebolla se le añaden los pimientos pelados y cortados a trozos algo grandes; un par de vueltas más al conjunto antes de añadirle los tomates pelados y cortados a trocitos; déjese sofreír hasta que el corderito esté cocido, procurando que resulte más bien seco que jugoso, con apariencia de fritada más que de guiso.

### POCHAS A LA NAVARRA

*4 personas*

De 1.200 a 1.500 gramos de pochas (judías granadas recién sacadas de la vaina)
1 cola de cordero churro
1 cebolla grande picada
2 ajos picados
100 gramos de manteca de cerdo
1 cucharada rasa de excelente pimentón o, en su lugar, unas hebras de azafrán seco machacadas
perejil
pimienta molida
sal

Hágase un sofrito con parte de la manteca, la cebolla y los ajos, al que se añadirá el pimentón o bien el azafrán –ambos ingredientes tienen sus partidarios; de modo que, si se emplea el azafrán, se suprime el pimentón, o viceversa– el perejil picado y la pimienta. La cola de cordero cortada a trozos más pequeños que para estofar se pone sobre el fuego, en una cazuela de barro con poca manteca.

Déjese que vaya rehogándose y una vez haya adquirido color se le añade la mitad del sofrito preparado; a medida que avance el rehogado se le añade algún cacillo de agua caliente, para que vaya enterneciéndose.

Mientras, se ponen las pochas en un puchero, se cubren con agua fría, se les echa el resto del sofrito de cebolla y se hacen cocer a fuego suave y continuado.

Al estar casi cocidas se mezclan con la cola de cordero, que tendremos rehogándose –que también estará casi cocida– y se pone la sal. Continúese la cocción lentamente hasta quedar blandas. Deben resultar poco caldosas.

Hay quien les añade chorizo, cociéndolo junto con las pochas, y cortado a rajitas se ponen éstas encima del guiso, y se sirve.

## GARBURE NAVARRO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 100 gramos de lomo de cerdo | 100 gramos de habas sin la vaina |
| 100 gramos de salchichas | 150 gramos de judías peladas |
| 100 gramos de tocino | 150 gramos de patatas peladas |
| 1 hueso limpio de jamón | 1 col pequeña |
| 100 gramos de guisantes desgranados | sal |

Sobre el fuego póngase una olla o marmita con litro y medio de agua y al empezar a hervir échesele el hueso de jamón, el lomo cortado a trozos, el tocino cortado a trozos más pequeños que el lomo, las habas y los guisantes; espúmese y déjese cocer suavemente hasta que las habas empiecen a estar blandas. En este momento se le añaden las judías, las patatas y la col –estas dos últimas, cortadas en pequeños trozos–, las salchichas y la sal. Continúese la cocción lenta, por espacio de una hora y media, aproximadamente, hasta que las verduras queden más bien deshechas. Las salchichas se cortan a trocitos una vez cocidas.

Rectifíquese de sal y viértase en la sopera, retirando el hueso de jamón.

## COCHIFRITO

*4-6 personas*

| | |
|---|---|
| 1/2 cordero | 8 granos de pimienta, pulverizados en el almirez |
| 1 cebolla grande | perejil |
| 2 dientes de ajos | 1 limón |
| 200 gramos de manteca de cerdo | sal |
| 1 cucharada de pimentón | |



En una caldereta o sartén, a la que se habrá echado previamente la manteca y que se pondrá al fuego vivo, se saltean los trozos de cordero. Éstos se habrán cortado muy pequeños y estarán sazonados con sal.

Cuando empiecen a dorarse, se les incorporarán la cebolla y los ajos picados.

Mientras se fríe todo ello, se va removiendo con la espumadera hasta que la cebolla se pone dorada, momento en que se espolvorea el pimentón y la pimienta molida.

Acto seguido se adiciona uno o dos cacillos de agua. Se deja cocer a fuego fuerte y, cuando el agua se ha evaporado y el cordero empieza a refreírse, se rocía el guiso con zumo de limón o con unas gotas de buen vinagre. Se añade también perejil picado. Se tapa la caldereta y se deja junto a la lumbre durante unos 15 minutos, al cabo de los cuales estará en disposición de servirse a la mesa, cosa que puede hacerse en la misma caldereta.

Es preferible que el cordero, una vez frito y cocido, se encuentre seco, como si se tratase de una fritada.

## PERDIZ EN CHOCOLATE

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 4 perdices | 1/4 de litro de vino blanco o tinto |
| 18 pequeñas cebollitas (como las que se emplean para el platillo) | 1/8 de litro de buen vinagre |
| 1 onza de chocolate | 1/4 de litro de caldo (o agua sencillamente) |
| 100 gramos de manteca de cerdo | |
| 1 decilitro de aceite | 4 granos de pimienta |
| 2 dientes de ajo grandecitos | 2 clavillos de especia |
| 1 hoja de laurel | sal |

Las perdices, una vez bien limpias, se embridan con bramante, para darles una forma presentable, y se salan interior y exteriormente.

En una sartén, con parte de la manteca y el aceite, se fríen las perdices hasta quedar doradas por ambos lados.

En este punto, se trasladan a una cazuela de barro o cacerola, y en la misma grasa de las perdices se fríen los ajos y el laurel, y una vez fritos se vierten, junto con la grasa, en la cazuela de las perdices, añadiendo el vino, el vinagre, el caldo, la pimienta y los clavillos; todo ello se deja cocer suavemente con la cazuela tapada. Las cebollitas, una vez peladas, se hacen hervir en agua 5 minutos, se escurren y se doran en el resto de la manteca.

Al estar casi cocidas las perdices se les añade el chocolate, deshecho en parte de la misma salsa, y las cebollitas doradas. Rectifíquese de sal y

efectúese una lenta pero total cocción de las perdices y las cebollitas. No deberá quedar exceso de salsa. Al servirlas, retírense los ajos y el laurel.

Se pueden presentar en la mesa, en la misma cazuela de barro, enteras o partidas; si se hace en una fuente, póngase cada una sobre un costrón o picatoste de pan recién frito, rodeado por las cebollitas y bien cubiertas con la salsa.

## HUEVOS CARLISTAS

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 11 huevos | aceite para freír |
| 50 gramos de mantequilla | 1 limón |
| 100 gramos de harina | perejil |
| 1 litro de leche | nuez moscada |
| 200 gramos de miga de pan blanco seca rallada | pimienta molida |
| | sal |

Ocho huevos se fríen en aceite o mitad de aceite y mitad de manteca y, una vez fritos, se dejan enfriar un poco. Se rebozan en una salsa besamela espesa, preparada al efecto.

Se dejan enfriar totalmente y se empanan, pasándolos primero por la miga de pan seca, y luego por los huevos batidos –un huevo y las claras de los dos que quedan, pues las yemas se emplearán para ligar la salsa besamela– y otra vez por la miga de pan, como si se tratase de unas croquetas.

Minutos antes de enviarlos a la mesa se fríen en aceite abundante.

Sírvanse en fuente, con servilleta, adornados con perejil en rama frito.

Salsa besamela: en una cacerolita puesta sobre el fuego, con la mantequilla, se rehoga un poco la harina removiéndola con el batidor pequeño, y se le añade a intervalos la leche recién hervida; mézclese bien y sazónese de sal, ralladuras de nuez moscada y pimienta molida.

Cocción: 15 minutos. Una vez pasados éstos, se le mezcla, ya fuera del fuego, dos yemas desleídas con un poco de zumo de limón.

Para rebozar los huevos con la salsa besamela: tómese una cucharada de esta salsa y póngase en una fuente o sobre un mármol bien limpio y ligeramente untado de aceite; extiéndase un poco la besamela, con la misma cuchara, y colóquese el huevo frito encima; luego cúbrase totalmente el huevo con una o dos cucharadas de salsa, y una vez frío, empánese.

## TORTAS DE CHACHIGORRI

| | |
|---|---|
| 200 gramos de chicharrones picados | 1 cucharada, sin copete, de mantequilla |
| 350 gramos de harina | Ralladuras de un limón pequeño, para perfumarlas |
| 100 gramos de azúcar | |
| 2 huevos | |



Sobre la mesa o mármol se pasa la harina a través del tamiz, se le hace un hoyo en su centro, en el que se echan los demás géneros –incluyendo los chicharrones picados–, reservando 50 gramos de azúcar para espolvorear las tortas una vez estén marcadas, y también 50 gramos de harina, que sirve para espolvorear la masa al formarlas.

Se amasa todo, trabajando la masa hasta que quede fina. Déjese reposar unos minutos. Se marcan las tortas redondas y delgadas aplastándolas un poco con la mano –o empleando el palote o rodillo–. Se espolvorean, por encima, con el resto del azúcar y se cuecen en el horno hasta quedar doraditas.

# Aragón

Hay unos versos de José Martí, declamados desde el otro lado del océano, que dicen:

Para Aragón de España
tengo yo en mi corazón
un lugar todo Aragón
franco, fiero, fiel, sin saña.

Tal amor y tal archivo de virtudes son proclamadas, a los cuatro vientos, por las jotas, canto popular aragonés, asimismo «franco, fiero, fiel, sin saña». Pero ocurre que lo popular es la más cabal y pura expresión de una tierra, y si en Aragón tales virtudes son, tradicionalmente, las que prevalecen, no podían estar ausentes en otras expresiones de su espíritu, entre las que se cuenta, naturalmente, la cocina.

El paisaje de Aragón es gravemente viril, estilizado en formas que nos recuerdan el pasado, desde el románico al mudéjar. La cocina de Aragón deberá ser, por consiguiente, grave, concisa, opulenta en lo natural, y su excelencia, más que en unas premisas de invención derivadas de la abundancia de materiales, se apoya en la óptima calidad de los mismos, es decir, en la real excelencia de los productos de la tierra. Por ello, la cocina de Aragón tiene un punto de arcaísmo, y nos recuerda tanto la vida sencilla y trashumante de los pastores como el polvo lejano de una mesnada cubierta de hierro o la velada sonrisa de los célebres amantes turolenses.

Confirmando lo dicho, traemos a colación unas páginas de Enrique Lahuerta, verdaderamente antológicas, publicadas en *La cocina aragonesa,* en el año 1955:

«La geo-cocina aragonesa podría enunciarse así: platos fuertes para un pueblo que sólo tiene una fe y mucha solidez. La alquimia de los genios de la marmita y el fogón queda eludida por la pura sencillez

de unos manjares que son buenos por sí mismos y sólo toleran combinaciones de orden elemental. La maravilla de nuestros alimentos regionales no requiere acento alguno.

»¿Qué se puede poner, para mejorarlo, al jamón bien curado de las serranías de Teruel? Nada, como no sean otros tarugos adyacentes del mismo pernil.

»¿Puede hacerse con una trucha pirenaica algo más que freírla en un denso y neutro aceite de Alcañiz o Valderrobres hasta que la piel se dore y la sartén devuelva el exquisito y saltarín salmónido con todo su primitivo sabor?

»No, no es necesaria la alquimia culinaria, valgan estos dos ejemplos, para aderezar los manjares de Aragón, cuyo suelo es pródigo en librarlos a punto. Estas frutas y verduras del Jalón y de la huerta zaragozana, las cebollas de Fuentes, los tomates del Gállego, los melocotones de Campiel. Esas peras de agua de las riberas bajas y la borraja, prodigio vegetal, producto exclusivo de nuestra tierra.

»No hablemos ya del corderito, transformado aquí en el sustantivo "ternasco", cuyo simple asado, sea en horno de mesón, taberna, hogar casero o restaurante de campanillas, constituye manjar de procónsul, proclamando, de paso, el genio culinario baturro, puesto que el cocinero se hace y el asador nace. Material comestible de primera magnitud y vieja tradición para elaborarlo, como en los nobles tiempos de largo camino y de ancha aventura histórica, la cocina de Aragón está madura para el recio convivio. Precisa aún la grata compañía, el estómago a punto y el contrafuerte de lo tinto –¡salve, añosas vides de nuestra tierra!–, sin grandes refinamientos enológicos, pero vigoroso, digestónico y racial».

Ahora, siguiendo, más o menos, el orden que estableció Genaro Poza en los platos típicos aragoneses, nosotros empezaremos por el ternasco, al estilo del Alto Aragón, asado en *espedo* (asador), con sal, ajo y grasa de tocino; y el cordero a la pastora, guiso en cazuela, con patatas y cordero, y una salsa compuesta de aceite, agua, leche y vino, todo ello aderezado con ajo y un ramito de hierbas (cenojo, laurel, perejil y una hoja de menta). Es un plato estupendo, del que existen algunas variantes.

Muy apreciadas son las cabezas de cordero al horno, acompañadas, algunas veces, con patatas tiernas, enteras o cortadas en rodajas gruesas.

Otro producto característico son los espárragos montañeses, que no son espárragos sino las colas que se cortan a las corderas que se



dedican a la cría. Se hierven y luego se fríen con tomates y pimientos. Hemos visto hacer una variante de este plato a los pastores de Gandesa –en Cataluña, pero cerca de la raya de Aragón–, con la diferencia de que preparan las colas a la brasa y las comen con *all i oli*.

El pollo al chilindrón es un producto genuino de la cocina aragonesa. Luis Brandés, gran cocinero, nos dice de él:

«En todo el antiguo reino de Aragón, y especialmente en su capital, son tan populares los "pollos a la chilindrón", que no hay fiesta popular ni "alifara" campestre donde no se les dé puesto preferente y, en ocasiones, el de primero... y único plato. El "matraco" verdaderamente castizo espera con ilusión todo motivo de regodeo y holgorio para "fartarse" con su manjar favorito, rociándole de vino del país, bebido a "gargallo", ya en el burgués porrón, ya en la democrática bota».

Después de este preámbulo, Brandés nos da la siguiente fórmula:

«Limpios y flameados se cortan en pedazos los pollos y se rehogan en aceite en una cazuela de barro. Cuando empiecen a dorarse se incorpora un poco de jamón con tocino cortado en dados, una cebolla tierna picada y pimientos verdes cortados a tiras o cuadros grandes. Se cubre a su mitad con tomate bien picado, se sazona de sal y un manojito de hierbas. Pasados unos minutos de cocción se adicionan unos granos de pimienta y dientes de ajos –a discreción– picados en almirez. Se coronan con tiras de pimiento encarnado asados y pelados y se termina la cocción lentamente. Se sirve en la misma cazuela, procurando quede la salsa muy reducida, como si se tratase de una fritada».

Otro producto estimado son las criadillas. Ángel Muro afirma insidiosamente que las hay de animales y vegetales, y que a estas últimas se las llama «de tierra» (trufas). «Las primeras son los testículos del carnero y del cordero, que constituyen un manjar selecto y delicado, pero con detrimento de la carne del animal de que proceden.» Y añade:

«Las criadillas, después de escaldadas, blanqueadas y limpias en agua hirviendo, se empanan y mojan en huevos batidos, se vuelven a empanar y se fríen como si fueran otro cualquier manjar rebozado. Fritas también, se pueden servir con una salsa de tomate o

agregarlas una fritura de sesos y manos de ternera. A muchas personas no les gustan las criadillas, sin duda por el tufillo que siempre conservan cuando no se los ha puesto a remojar en leche durante dos horas, después de escaldadas y antes de rebozarlas».

Pasemos ahora al cerdo, del que Grimod de la Reynière dijo que era el rey de los animales inmundos. Sin embargo –en este caso– la inmundicia es cabalmente apreciada, pues hay un cantar que dice:

Hubo seis cosas
en la boda de Antón:
cerdo y cochino,
puerco y marrano,
guarro y lechón.

Lo que quiere significar, además de los seis nombres con que se conoce a este animal, la primacía del mismo. José de Castro y Serrano (Un Cocinero de Su Majestad) escribió:

«Del cerdo mucho se ha hablado en este mundo, y, sin embargo, todo es poco para corresponder dignamente a los servicios del primer bienhechor de la humanidad. Llamámosle primero, porque si los bienhechores lo son en tanto mayor grado cuanto más dan, ninguno puede anteponerse al cerdo, que lo da todo. El hombre recibe del cerdo algo más que una ayuda, mucho más que un auxilio, absolutamente más que el consuelo o amparo que le prestan los otros animales; recibe de él su consustancialidad toda entera. Desde su hocico hasta su rabo, desde sus pezuñas hasta su corteza, desde sus entrañas hasta su sangre, el hombre lo aprovecha en todo y se lo asimila por completo. Nunca podría decirse con más propiedad un absurdo como el de que el cerdo se refunde en el hombre».

Después de esta loa del cerdo, diremos que en Aragón hay muy buenos productos chacineros, empezando por el jamón de los pueblos de Teruel –recordemos aquí las magras con tomate, lonchas de jamón rebozadas–, la longaniza –exquisita– y las morcillas, realmente sensacionales. En el hermoso pueblo de Calaceite (Bajo Aragón), nuestro querido amigo Enrique Alcalá nos ha hecho gustar, muchas veces, longanizas y morcillas inolvidables, *cassolades* riquísimas y unas judías blancas, de la tierra, que merecen el poema de Guillermo Rancés:



Para poner un plato de judías
que puedan asombrar al mundo entero,
se debe preparar un cocinero
estudiando el asunto quince días.

¿Se pueden aplicar las salsas frías?
¿Se deben de servir en el puchero?
Resolver tales dudas yo no quiero
ni escribir sobre el caso tonterías.

No extrañes, pues, lector, que tan mal ande
el que tan regalón pasó la vida,
que comiendo con gusto y con deleite
se engulló casi siempre la comida
sin poder distinguir, ¡lástima grande!
la manteca, en los guisos, del aceite.

Sin embargo, estas cuestiones las ha resuelto de ambas formas nuestro calaceteño: si hervidas, aliñándolas con aceite crudo, y si fritas, empleando la grasa del lomo o de la longaniza, pues esto es lo sensato cuando los materiales –como en este caso– son de primerísima calidad.

En Calaceite se celebró, no hace mucho, y bajo la vigilante mirada de Enrique Alcalá, un banquete jurídico, cuyo menú transcribimos como curiosidad:

CONVENTUS TARRACONENSIS
*Ubi lex non distinguit nec non distinguere debemus*

MENÚ
Jamón del País, Cecina de Morella y Butifarra de Calaceite.
Aceitunas aragonesas verdes y negras.
Longaniza y lomo con guarnición de judías salteadas
a la usanza antigua.
Estofado de perdices con fajos de col a la catalana.
Almendras móllares. Pan de higos y repostería de cocina.
Helados al gusto. Vinos de Valderrobres
y Champaña del Panadés.
Café y Licores.

En la Fonda de Gregorio de Calaceite, el día 19 octubre 1968.

Siguiendo nuestro inventario, mencionaremos aquí el recao de Binéfar, estudiado por Bardají; el bacalao al ajo arriero, que puede prepararse con patatas y cebolla, y el bacalao con ajolio, variedad del anterior, con la adición de huevos duros y mayonesa con ajo. Asimismo, citaremos los huevos en salmorejo, con puntas de espárragos, lomo de cerdo y longaniza, y el congrio con huevos a la bilbilitana, cuya fórmula de Luis Brandés damos a continuación:

«Tomar congrio curado, partirlo en pedazos no muy grandes y ponerlo a remojo unas horas antes. Escurrirlo y colocarlo sobre un paño blanco extendido; rebozar los pedazos con harina y freírlos en sartén con aceite, poniéndolos en una tartera de barro que sea plana.

»Majar en almirez piñones y un diente de ajo. Desatarlo con agua y verterlo sobre el congrio. Freír en sartén aparte dos tomates no muy grandes, con perejil y hierbabuena, y todo bien picado incorporarlo a la tartera. Rectificarlo con sal y dejarlo cocer. Escalfar huevos, distribuyéndolos bien sobre la salsa, y cuando estén en su punto, servir este exquisito plato en la misma tartera».

Uno de los platos más antiguos aragoneses son las migas, y Domingo Gascón ha inmortalizado la fórmula de las de Teruel. Se pueden preparar de diferentes maneras, pero siempre cortando los pedacitos de pan muy pequeños, del tamaño de un garbanzo. Se toman con jamón, con chocolate, con uvas. Dice Gascón: «Tengo por cierto que lo comían ya mis paisanos cuando en el siglo XI hirieron al Cid en las puertas de Albarracín, peleando cuerpo a cuerpo y matando sus mejores hombres de armas; que las comían también los que en el mismo sitio, y un siglo después, derrotaron al rey don Jaime, matándole los dos principales caballeros de sus aguerridas huestes. Y de que las comieron los "amantes de Teruel", no puede dudarse tampoco». Otra clase de migas son a la zaragozana, con riñonada de cordero, ajos, longanizas y chorizos.

Muy buena caza hay en el Bajo Aragón y son legión los cazadores que, incluso desde Barcelona, acuden atraídos por las liebres y perdices. De estas últimas, Manuel del Palacio dio la fórmula, en verso:

Tomados, como es uso
los perdigones,
pártanse en dos pedazos
por los riñones.



En una cacerola
luego metidos
rehóguense con manteca
bien removidos.

Pónganse en la parrilla
conforme caigan
y con salsa a la pebre
que me los traigan.

Hay otro condimento
que se usa mucho:
meter los perdigones
en un cartucho

y cuando un enemigo
muestre la jeta,
servírselos de pronto...
con escopeta.

En cuanto a las liebres, no hemos encontrado recetas en verso, pero sí una para dar «gato por liebre», debida a la pluma de José Fernández Bremón.

Elige un gato joven
que tenga buena facha:
llamas al aguador y lo despacha.
Cébale con riñones,
asaduras, mollejas y pichones;
prohíbe darle sustos,
desazones, castigos y disgustos,
y al año o poco más tendrá el minino
el cogote muy ancho, el pelo fino.

Ya gordo y reluciente,
haciéndole caricias con la mano,
degollarás al gato dulcemente
como si degollases a tu hermano.

Desuéllalo con arte,
límpialo bien, y que le oree el viento,

pásale un espadín de parte a parte
y ásalo a fuego lento:
despacio y muy a punto,
báñalo con un unto
de aceite aderezado
con limón y con ajo machacado;
en tanto, lo volteas;
y sólo a medio asar, es el instante,
con sal lo espolvoreas,
no apartando del gato la mirada
hasta que su corteza esté dorada,
y asado el animal y harto de fuego,
con punzantes aromas
te obligue a que le saques y lo comas;
si al asarle seguiste mis consejos,
ríete de las liebres y conejos,
sólo algún mentecato
a quien trates de dar gato por liebre
pedirá que le des liebre por gato.

Si de la caza pasamos a la pesca, celebraremos las anguilas que se crían en la estanca de Alcañiz, de las que se dice que figuraban entre los obsequios que, en tiempo de los Austrias, un embajador español ofrecía en las cortes extranjeras. Debían llevarlas en grandes tinajas, amorosamente preservadas de azares y peligros.

En lo que hace referencia a los quesos, mencionaremos el de Tronchón, parecido al de Morella; y en repostería, las frutas de sartén, las riquísimas castañas de mazapán (Huesca), los bizcochos baturros (Alhama de Aragón), los roscones de Nonaspe, las roscas de San Roque (Sástago), los crespillos, el pan dormido, las tripas de monja, las yemas dobles (Sádaba) y las tortas de manteca.

Por último, acabamos esta relación con una loa al vino de Cariñena, uno de los más fuertes de España en graduación, y siempre apropiado para los grandes asados. Vino vigoroso y bravo, así blanco como tinto.



# Selección de recetas

## MAGRAS CON TOMATE

*4 personas*

8 lonchas de jamón
8 rebanadas delgadas de pan como para torrijas, pero más finas
800 gramos de tomates maduros
100 gramos de manteca de cerdo
1 cucharilla de azúcar
2 cucharadas grandes de vinagre
1/2 vaso de vino blanco
1/2 vaso de leche
sal

Si las lonchas o magras de jamón resultasen algo saladas, se remojan por espacio de unos 15 minutos en leche tibia, lo que les eliminará la sal; luego se escurren y se enjugan en un paño, extendiéndolas sobre él y estrujándolas con otro que se pondrá encima. Una vez secas, se fríen en la sartén y se van retirando a medida que están fritas.

En la misma grasa se fríen también las rebanadas de pan, remojadas un poco con la leche en la que se remojó el jamón.

Fritas ambas cosas, se echa en la sartén media cucharadita de azúcar –que se mezcla con la grasa que haya quedado– procurando que no se queme; acto seguido se echa el vinagre y el vino, se mezcla bien y se deja reducir un poco, luego se vierte sobre el jamón. Para servirlo se coloca en la fuente, en forma alternada, loncha de jamón, rebanada de pan, etcétera.

Por encima se reparte la salsilla que quede en el plato y, a su lado, el tomate, muy frito. y espeso, que habremos preparado con antelación, dejándolo pelado, sin semillas, bien picado, frito en aceite o manteca y sazonado con sal y el resto del azúcar.

## ESPÁRRAGOS MONTAÑESES

*4 personas*

5 o 6 colas de cordero (depende del tamaño de las mismas)
4 pimientos grandes
100 gramos de harina
3 decilitros de aceite o bien manteca de cerdo
800 gramos de tomates maduros
sal

De las colas se emplea la parte carnosa, mejor dicho, las partes estrechas o puntas, sin apenas carne, se desechan y la parte mas ancha se divide por la mitad, a lo largo.

Se cortan a unos doce centímetros de largas y se ponen a desangrar unas dos horas. Luego se cuecen en agua y sal.

En una sartén se fríen los pimientos pelados –para pelar los pimientos se chamuscan primero en el fuego y cuando están negros, sin darles tiempo a asarse, se limpian bien bajo el chorro de agua fría– cortados a tiras largas.

Una vez fritos se les añade los tomates pelados y troceados; se sazonan con sal y se fríen hasta que el tomate quede bien reducido.

Las colas de cordero cocidas se sacan del caldo y se dejan enfriar; se sazonan con un poco de pimienta molida, si se prefiere, se pasan por harina y se fríen en el aceite o manteca hasta que quedan bien doraditos nuestros espárragos montañeses. Acompáñanse con el pimiento y tomate bien fritos.

## MIGAS DE TERUEL

La víspera de servir nuestras migas tómese un pan sentado –que tenga dos o tres días–, divídase en dos trozos, cójase uno de ellos y háganse en sus ángulos unos cortes verticales y otros horizontales de forma que resulten pedacitos del tamaño de garbanzos, teniendo presente que la corteza es superior a la miga. Una vez cortados se ponen en una servilleta y se les salpica un poco de agua, al tiempo que se los remueve para que se humedezcan por igual; luego se les espolvorea sal, se envuelven en la servilleta, con el fin de que conserven la humedad, y se guardan hasta el día siguiente. Unos 30 minutos antes de la hora señalada para el almuerzo, fríase aceite en una sartén y quémense dos dientes de ajo. Los ajos se retirarán cuando estén casi negros y entonces se echan las migas, todas de una vez, y se procede a removerlas con la rasera o espumadera por espacio de 12 o 15 minutos, hasta que queden doraditas. Sírvanse bien calientes a la mesa.

Hay quien las adereza con salsa de tomate o les añade trocitos de jamón, y también quien las come con uvas o con chocolate.

## CABEZAS DE CORDERO AL HORNO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 2 cabezas de cordero | 1 diente de ajo |
| 150 gramos de carne magra de cerdo | 1/2 cucharadita de pimentón picante |
| 50 gramos de manteca | 1 limón |
| 1 huevo | sal |

Las cabezas de cordero se abren por la mitad, se limpian bien, se les espolvorea un poco de sal y se rellenan con la siguiente preparación:



La carne de cerdo se pasa por la máquina de capolar y una vez bien trinchada se fríe en manteca de cerdo y se sazona con sal, ajo y perejil picado y el pimentón; cuando está bien frita se le añade algo más de la mitad del huevo batido y se mezcla bien.

Este relleno se reparte entre las dos cabezas y ambas se atan con bramante para darles la apariencia de que están enteras.

Se untan por fuera con un poco de manteca –que habrá sobrado de freír la carne de cerdo– y se rocían con zumo de limón.

Engrasad dos hojas de papel de barba o de estraza y envolved en cada una de ellas una cabeza. Así preparadas, se ponen a asar en el horno, a fuego no muy alto.

Una vez cocidas yen la fuente, se acompañan con patatas nuevas, doradas y enteras o bien cortadas en rodajas gruesas y fritas. También pueden presentarse con una ensalada.

## CONGRIO CON HUEVOS A LA BILBILITANA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 500 gramos de congrio curado | 5 gramos de piñones tostados y pelados |
| 4 huevos | 1 diente de ajo |
| 2 decilitros de aceite | unas hojas de hierbabuena |
| 50 gramos de harina | perejil |
| 300 gramos de tomates maduros | sal |

Córtese el congrio en trozos no muy grandes y póngase en remojo por espacio de unas 24 horas. A continuación, para secarlo un poco, escúrrase y póngase sobre un paño blanco.

Pásese por harina y fríanse los trozos en la sartén. A medida que se vayan friendo, se colocan en una tartera de barro de fondo plano.

En el almirez se machacan el ajo, con un poquito de sal, y los piñones. Cuando todo queda convertido en una pasta finísima, se deslíe con un poquito de agua y se vierte sobre el congrio.

En la sartén, con el aceite sobrante de freír el congrio –si quedase–, se fríen los tomates pelados y picados; se sazonan con sal, se les añade un poco de hierbabuena y perejil picados y, una vez bien fritos, se cubre totalmente con ellos los trozos de congrio y se dejan cocer suavemente por espacio de unos 30 minutos.

Momentos antes de llevar el plato a la mesa se cascan aparte, en un platito, los huevos, uno a uno, se distribuyen por encima del tomate y se cuecen luego en el horno.

Cuando las claras han cuajado y las yemas están blandas, cubiertas sólo por una tenue capa blanca, sáquese el plato del horno y sírvase en la misma tartera.

## POLLOS A LA CHILINDRÓN

Sígase el mismo procedimiento que aplicamos al corderito a la chilindrón, descrito en el apartado de Navarra.

La única variación consiste en sustituir el corderito lechal por tres pollos tiernos, jóvenes, de tamaño mediano.

## TERNASCO AL ESTILO DEL ALTO ARAGÓN

Trátase de cordero de tres meses que se prepara entero o partido por la mitad. Se asa a fuego de leña en el *espedo* (asador), al aire libre, frotado totalmente con ajos y bien espolvoreado con sal. Cuando empieza a dorarse se rocía con las gotas derretidas de un trozo de tocino graso envuelto en papel y que se ha puesto al calor de las llamas.

## RECAO DE BINÉFAR

*4 personas*

250 gramos de judías blancas
2 patatas grandecitas
100 gramos de arroz
1/2 cebolla
1 jícara de aceite crudo
1 cabeza pequeña de ajos limpia de ajaspajas
pimienta molida o, en su lugar, pimentón picante
1 hoja de laurel

Pónganse a cocer las judías blancas en una olla o marmita mediana. Al romper el hervor, se escurren y se les cambia el agua por otra fría.

Se ponen otra vez al fuego –bien cubiertas de agua, ya que nuestro guiso debe resultar algo caldoso–, con el aceite, la cebolla picada, la cabeza de ajos entera, el laurel y la pimienta o pimentón.

Cocción lenta y continuada. Cuando las judías casi están cocidas se les añade la sal y las patatas cortadas a cuadritos pequeños.

Se reanuda la cocción procurando resulte caldoso y a los 5 minutos de haber empezado a hervir las patatas se les echa el arroz. 15 minutos más de cocción y queda nuestro recao en disposición de servirse a la mesa. Rectifíquese la sal.

Este guiso reemplaza en las montañas de Aragón al cocido y se le adiciona –cuando se puede– carne, tocino, jamón, algún embutido casero y las consabidas tortetas o patacas. Estas «ilustraciones» se ponen entonces a cocer con las judías, si no con todas, con las que se pueda. Lo más corriente es ponerle un trozo de alcorzadizo –carne de pecho de carnero– y algo de tocino casi rancio, aunque éste suele reemplazarse casi siempre por un trozo de manteca de cerdo añeja (sain), que los montañeses de Aragón llaman *ensundia* (enjundia).



## CORDERO A LA PASTORA

*4 personas*

1 kilo o kilo y cuarto de cordero lechal (de un mes)
800 gramos de patatas pequeñas, peladas y enteras
1 decilitro de aceite
1 cucharadita de harina
1 atadillo de hierbas tales como tomillo, romero, unas hojas de menta, laurel y perejil
1 cuarto de litro de leche o la mitad de esta cantidad de nata
3 gramos de pimienta
1 clavillo de especias
1 diente de ajo
2 cucharadas de vinagre
1/2 decilitro de vino blanco
perejil
sal

Se corta el cordero en trozos regulares –no demasiado grandes–, se les espolvorea sal y se salpican con el siguiente majado.

A la pimienta y el clavillo machacado en el almirez, una vez convertido en polvo, se le añade el ajo, que también se machaca, y se deslíe todo ello con el vinagre y el vino blanco.

A ser posible téngase el cordero en este adobo por espacio de una noche y si no se dispone de ese tiempo, manténgase en él por lo menos un par de horas.

En el fuego póngase una cazuela con el aceite y cuando éste se haya calentado, échese el cordero y rehóguese a fuego lento. Se conservará la cazuela tapada a fin de que la carne no tome color. Se añade luego al guiso el atadillo de hierbas.

Cuando el calor haya endurecido los trozos de carne se espolvorea la harina sobre ellos y, bien mezclada ésta con la carne, se vierte medio litro o más de agua, se incorporan las patatas y se deja cocer a fuego lento. La salsa de nuestro plato se irá consumiendo, por lo cual se añadirá la leche.

Agítese la cazuela para que se mezcle todo bien, espolvoréese perejil pudo, rectifíquese la sal y, al quedar las patatas totalmente cocidas, retírese del fuego.

Sírvase en la misma cazuela.

# Cataluña

# Catalunya Vella
## (Barcelona y Gerona)

*Después de Deu, l'olla.*

Invocación que se lee en un antiguo manuscrito del padre cocinero del desaparecido convento de Capuchinos, que estuvo situado en la actual Plaza Real de Barcelona.

La cocina catalana es muy extensa y su extraordinaria riqueza reúne las más variadas características sobre una base de cocina rural, payesa –hoy bastante extinguida–, con el uso de manteca de cerdo, a la que se le superpone la cocina con aceite de oliva, propia de los países mediterráneos. La gracia de la cocina provenzal, el mundo barroco y policromo de la cocina valenciana y los sólidos platos que tocan ya a la cocina central, en la raya de Aragón, se añaden a su peculiaridad: Barcelona es la mezcla de todas estas cocinas, puesto que la Ciudad Condal es una capital habitada por naturales de todas las regiones de Cataluña y del resto de España.

A esta diversidad se añade su individualismo. Al lado de todas las intenciones y las influencias que hemos señalado, existe un genio inventivo particular; gracias a él, los mismos platos presentan infinidad de variaciones, no sólo locales, sino incluso familiares. Seguramente, son pocas las familias catalanas que no poseen una receta peculiar y pocos también los pueblos que no ofrezcan una versión popular de los grandes platos de la cocina antigua.

Como sucede en todas las regiones históricas, la cocina catalana parece indestructible. Su fondo permanece incluso en sus elaboraciones más triviales, en los platos de cocina europea más generalizados. Como todas las cocinas autóctonas de los países del occidente europeo, va ligada a los productos del campo y a las necesidades de las estaciones, tan deliciosamente variables en el Mediterráneo. Cierto que hoy cualquier viajero puede tomar, dicho sea a modo de ejemplo, en el mes de diciembre, habas a la catalana, y estas habas pueden ser buenas; pero habrán venido de otras regiones, y aunque el plato sea recomendable si está bien hecho, nunca alcanzará la calidad y la excelsitud de un plato compuesto con habas de la región y tomado en los meses de marzo, abril o mayo.

Repitamos que pedir en su momento cada plato es, en principio, una sabia actitud; aunque, como es natural, haya platos de todo el año (escribimos «en principio», porque en cocina no existen dogmas).

Catalán, como dijimos, fue nuestro primer libro de cocina: el de Ruperto de Nola, quien dio a la estampa, en 1477, *El libro del Coch*. Según parece, el libro estaba escrito en catalán, aunque el texto no lo conocemos. El tal Nola era cocinero de Alfonso V el Magnánimo y trajo a la lengua catalana los infinitos saberes de la cocina de Italia, que era por aquellas épocas la cocina más importante del occidente cristiano. El libro del *mestre* Rupert fue impreso en Barcelona y en el siglo XVI se publicó en castellano, que es el texto que conocemos y que lleva el título de *El libro de guisados,* probablemente por la solicitud de Carlos V. Su primera edición tuvo lugar en Toledo, en 1525. *El libro del coch,* a pesar de las reiteradas ediciones, como su versión castellana *El libro de guisados,* no se divulgó hasta mediados del siglo XIX, ha sido citado, con frecuentes errores, por los bibliógrafos, incluso por el escrupuloso Pérez Pastor en su bibliografía toledana, y no ha sido estudiado por los técnicos de la cocina, que jamás lograron tener un ejemplar ante su vista, ni catalán ni castellano, hasta que en el siglo XX lo dio a la estampa Dionisio Pérez.

En el libro de Ruperto Nola se puede intuir lo que era la comida de los catalanes del siglo XV. Durante muchos años se ha considerado como un enigma un ingrediente básico, el agua rosada, que, sin embargo, se encuentra en todos los recetarios italianos de la época y posiblemente fuera Nola quien la introdujese en los grandes platos, tan historiados, de las mesas reales y de la aristocracia. Asimismo, era importantísima la especiería. El jengibre, por ejemplo, sazonó los platos más entonados que se sirvieron en las mesas catalanas durante los siglos XIII, XIV y XV. El jingebrato, llamado a veces *pasta del rei,* era considerado una golosina exquisita y todavía los ingleses preparan una confitura a base de jengibre mezclado con pimienta y canela. La canela, que en el siglo XIII se denominaba en Cataluña *canyafistula,* se usaba en las comidas y también en medicina. La galanga era carísima y un kilo de ella equivalía al precio de un buey entero. Cierto es que el buey, tanto en Cataluña como en Castilla, era poco apreciado. Recordemos que en el *Quijote,* cuando Cervantes quiere subrayar la pobreza de la mesa del hidalgo manchego, habla de una olla en la cual había «algo más de vaca que carnero». En Cataluña también el carnero era carne selecta. En cambio, el pescado, a pesar de ser Barcelona tan pescadora y marinera, tenía poca consideración.

En aquella época, según los recetarios, existía una estimable variación de comidas, aun cuando hoy probablemente no las resistirían en



su mayoría nuestros estómagos. Ante todo, una infinidad de potajes: de manos de carnero, de cañonada, de jarrete de carnero, de jarrete de gallina, de jarrete de cabrito, de asadura, de salsa cocida, de salsa pardilla, de granotada, de culantro, de avellanate, de almendrate, de farro, de sémola, de merritoche, de cebollada, de lebrada, de fideos, de porriol, de grasa, de leche, de higos, de huevos, de carne, hijada, de jota, de calamares y jibias, etcétera. No hay ave que no tenga su condimento y su salserón. Calabazas, berenjenas, arroz, membrillos, trigo, berzas, toda suerte de legumbres y frutas, son utilizadas aunque con fórmulas que ahora se nos antojan incomprensibles; los pescados favoritos eran la lamprea, el salmón, la trucha, el barbo, el emperador, el seturón, el dentón, el congrio, la morena, el atún, la lisa, la embina, las sardinas, los pajeles, el sollo, el besugo, el pulpo, los lenguados, la merluza, la langosta... Los pasteles son también numerosos. Carne y pescado en cazuela; muchos pescados en parrillas, otros en asador, otros cocidos o guisados; los españolísimos escabeches...

No podemos dejar el siglo XV sin referirnos a la receta más curiosa de Ruperto de Nola, receta que imaginamos ha servido durante siglos para que algunos desaprensivos hosteleros catalanes nos den gato por liebre. Y aquí copiamos de *El libro de guisados* el asado de gato:

> «El gato que esté gordo tomarás; y degollarlo has, y después de muerto cortarle la cabeza, y echarla a mal porque no es para comer; que se dice que comiendo de los sesos podría perder el seso y el juicio el que los comiese. Después desollarlo muy limpiamente, y abrirlo y limpiarlo bien; y después envolverlo en un trapo de lino limpio y soterrarlo debajo de tierra donde ha de estar un día y una noche; y después sacarlo de allí y ponerlo a asar en un asador; y asarlo al fuego, y comenzándose de asar, untazo con buen ajo y aceite, y en acabándolo de untar, azotarlo bien, con una verdadera verdasca (rama verde o tierna); y esto se ha de hacer hasta que esté bien asado, untándolo y azotándolo; y cuando esté asado cortarlo como si fuese conejo y cabrito y ponerlo en un plato grande; y tomar del ajo y aceite desatado un buen caldo de manera que sea bien ralo –bien separado–, y échalo sobre el gato y puedes comer de él porque es muy buena vianda».

A partir de esta época se suceden los libros de cocina que históricamente siguen la línea directa que va de la tradición gastronómica mediterránea a la riqueza del campo catalán. En Barcelona, según dijimos, se imprimió el primer libro de cocina de España; fue uno de los

primeros del mundo. Desde entonces se han sucedido las reimpresiones del Nola y luego han aparecido otros diversos libros de cocina, repostería y pastelería. Un anónimo recetario, *La cuynera catalana o sian reglas utils, fàcils seguras i econòmicas per cuynar bé,* conserva los guisos y dulces tradicionales. No menor valor técnico tiene un curioso librito impreso en Vic: *Avisos o sian reglas sensillas a un principiant cuyner o cuynera, adaptadas a las capacitats dels menos instruits.* Su autor es Felip Cirera, alias Félix de Palacio...

Durante los siglos siguientes, la cocina catalana se mantiene dentro de unas normas esquemáticas: lo que se podría llamar la cocina directa, es decir, una sencilla manipulación de los productos más asequibles –pescado en la costa, carnes y aves en el interior, legumbres como acompañamiento– la cocina elaborada que viene del recetario de Ruperto de Nola y, luego, la inevitable influencia de la cocina cortesana y barroca de Madrid y del libro de Martínez Montiño, que tiene una total vigencia hasta el siglo XIX. De este libro poseemos no menos de tres ejemplares de otras tantas ediciones distintas, con pie de imprenta en Barcelona y editadas en los siglos XVIII y XIX.

Con el siglo XIX, la cocina catalana consolida sus características: el aceite y la manteca de cerdo *(llard),* como grasas, y cuatro salsas básicas, a saber: el sofrito, la *samfaina,* la picada y el alioli.

Algunos tratadistas han pretendido que la cocina catalana sólo es una cocina mediterránea, clara y luminosa, a base toda ella del aceite de oliva. Sin negar que durante siglos se haya frito con aceite de oliva el pescado y que en esto la cocina catalana participe de las tópicas virtudes de la cocina mediterránea, hemos de afirmar rotundamente que Cataluña no es sólo litoral, sino que también es tierra agraria, montañosa, de abundantes pastos. Y durante siglos, en Cataluña la grasa animal por excelencia ha sido la de cerdo, el *llard,* y con ella se han cocinado muy bien la volatería, las carnes, las legumbres y la caza. Pretender que la cocina catalana sea sólo una cocina de aceite es, además de una inexactitud, una profunda ingratitud. El único cuadrúpedo del país que durante siglos, además de alimentar a los catalanes, ha hecho las delicias de sus paladares, es ese animal que, con perdón, se llama «puerco». Y cuando la cocina catalana ha abandonado esta grasa, para freír las alubias secas, las *mongetes,* con aceite de oliva, o para asar un pollo con esta misma grasa vegetal, tan noble por otra parte, ha perdido enteramente su gracia.

La dietética, ciencia que nos parece absolutamente caprichosa, aparta el cerdo de nuestros manteles. Si así lo desean, que se conserven muy sanos y delgados esos sabios. Nosotros nos confesamos



toxicómanos del cerdo, si es que el cerdo es tóxico, y moriremos gordos y alegres, maldiciendo a los cocineros que asen con aceite un pollo o nos frían unas *mongetes* con la grasa vegetal que, sin embargo, tiene aquellas virtudes helénicas, mediterráneas y luminosas que sólo se realizan a la perfección, gastronómicamente hablando, cuando se fríe un lenguado o llega con su purísimo oro el delicadísimo bodegón de una ensalada, con los exquisitos y frescos productos de nuestras huertas.

Hemos dicho que las salsas básicas de la cocina burguesa y popular catalana, pues la aristocrática se esfumó en el siglo XVII, son el sofrito, la *samfaina,* la picada y el alioli. Hablemos devotamente de estas delicias.

El sofrito adopta diversas fórmulas, pero todas tienen la misma base. En una cazuela se pone aceite o, mejor, manteca de cerdo. Si se mezclan las dos grasas, conviene poner primero el aceite y luego la manteca de cerdo, cuando aquél esté bien caliente. Luego se pone una cebolla bien picada, que se ha de mover con un pulso muy gentil, para que no se queme. Cuando la cebolla está grada, y ni la escuela veneciana del viejo maestro Ticiano consiguió dar una pincelada tan rica como la de una cebolla bien frita, se añade ajo muy picado, perejil y un poco de tomate, procurando eliminar las pepitas, siempre tan desabridamente ácidas. Para hacer el sofrito se necesita una solicitud alerta y cuando está a punto puede añadirse a cualquier plato o formar parte integrante de él.

La *samfaina* es, a nuestro entender, la salsa más importante, la única e irrefutable salsa que la cocina catalana ha aportado a la gastronomía. Si el sofrito se fríe hasta su dorada perfección, la *samfaina,* en cambio, es un sofrito a medio cocer. En aceite o en manteca de cerdo se fríe cebolla hasta conseguir dorados ticianescos. Momentos antes de que podamos intuir la pincelada del Ticiano, se agregan pimientos verdes en daditos muy pequeños. Cuando hayan pasado ocho o diez minutos de cocción, se añaden trocitos iguales de berenjena que antes se habrán escurrido con sal para que pierdan el exceso de agua. Luego se pone el tomate y un poco de calabacín, si no es coriáceo. Cuando todo está medio cocido, se añade al pollo, a las manos de cerdo o al bacalao. La *samfaina* es un plato veraniego y sólo a un insensato se le puede ocurrir confeccionarla con ingredientes en conserva.

La picada es la gracia que se añade a cualquier plato, por monótono que sea. Para hacer una picada póngase, en un buen mortero, ajos ya pelados, que se majarán enérgica y concienzudamente hasta que formen una pasta. Luego, con unos dedos ágiles, se dejarán caer

trocitos de perejil, unas almendras tostadas, piñones -somos partidarios fanáticos, irreductibles, de los piñones- avellanas e incluso nueces, aunque éstas se han de administrar con una deliberada cautela. Después de haber mezclado todo con la mano de mortero, se puede añadir un poco de pan tostado, un poco de caldo de gallina y entonces el conjunto se mezcla, a su vez, con el guiso, que la picada debe enriquecer. Y a buen seguro que lo enriquece. Del alioli *(all i oli)* se habla ya en los capítulos que tratan de la cocina mallorquina y valenciana. Si el alioli se confecciona con huevo resulta más bello y menos eficaz gastronómicamente. Si se conserva el huevo y se quita el ajo, se convierte en esa insipidez que se llama «salsa mayonesa».

*La cocina en la ciudad de Barcelona*

> «No había en Barcelona botica de comer. Guardábase esto con tanto rigor que yendo un día un ciudadano en Barcelona por la calle y viendo la primera botica de vino y golosinas que un valenciano había puesto, soltó la capa y fue dando voces por la ciudad diciendo: *"Vía fora, lladres!"*. Espantóse la gente, pensaban que se había tornado loco. Fuéronse tras él, que iba caminando a la Casa de la Ciudad, fueron a avisar a los conselleres que fulano, hombre honrado, iba hacia allá loco. Entró el loco cuerdo dando voces, y habiendo entrado en la Casa de la Ciudad, descubrió su locura tan cuerda y dichisísima diciendo: "Una botiquilla de comer y beber ha puesto un valenciano. Si no lo remediáis, perdida será la templanza, castidad y valentía de nuestra ciudad". Remedióse por entonces.» (P. Marsili de Olot, *Crisis de Cataluña hecha por las naciones extranjeras,* 1681.)

Así escribía, a finales del siglo XVII, este jesuita, natural de Olot, con pudibunda alegría, sobre la rareza del comercio de botillería, y del de pastelerías y fondas en Barcelona. Si escasas eran las tiendas, poco numerosos eran los figones y apenas bastaban para la población viajera los hostales y casas de dormir. Pero los años finales del siglo XIV y el comienzo del XX debían cambiar la decoración. Barcelona fue una de las ciudades de Europa en que se comía mejor y donde abrían sus puertas restaurantes de fama mundial.

Extrañará quizás a los lectores que hablemos de la cocina barcelonesa más en función de los restaurantes que de la tradición ciudadana. Pero en Barcelona los restaurantes pesan enormemente, mucho



más en aquella época que en Madrid. En Barcelona, en la segunda mitad del siglo XIX, los restaurantes imponen la pasta italiana y no digamos la cocina francesa. La cocina burguesa de Barcelona, a pesar de mantener las características autóctonas, sufre la influencia de la «restauración pública».

A finales del siglo XIX, el primer restaurante de Barcelona, en lo que se refiere a calidad, era el Grand Restaurant de France, conocido por Justin, establecido desde 1861 en la Plaza Real, número 12. Una guía de 1896 nos señala que, en Justin, el almuerzo costaba desde cuatro pesetas, y la cena, cinco. De ahí viene la célebre frase ponderativa del *«sopar* [cenar] *de duro»*. Este restaurante tenía una carta variadísima y una excelente bodega. Monsieur Justin enseñó a comer a la francesa a la dócil y mesurada sociedad de Barcelona. Su viejo *maître* Antoine no sólo fue un maestro en sugerir los menús y armonizar los vinos, sino en la forma de comportarse con clientes y camareros. Justin montó un establecimiento confortable, con un comedor en un patio interior, alegrado por una claraboya y varios saloncitos particulares. La mantelería era fina, de hilo; la vajilla, de un Limoges auténtico, y la cubertería, de plata. La cocina alcanzó un refinamiento insólito. Justin formó escuela y se contaba que un pinche o un ayudante de camarero necesitaba tantas recomendaciones para formar parte del equipo de Justin como un funcionario en Madrid para tener un empleo en el Ministerio de Gracia y Justicia. Y después de aceptado, aún debía pagar quinientas pesetas en concepto de entrada, caso verdaderamente inaudito.

En orden a la calidad, tres restaurantes siguieron los pasos de Justin. El Continental, el Suizo y Chez Martin, y años después, la Maison Dorée, de los hermanos Pompidor. El Restaurante del Café Continental, de José Ribas, que decoró el pintor Junyent, fue, al decir de los conocedores, el mejor restaurante que ha tenido Barcelona. Estaba situado en la Rambla de Canaletas, esquina a la Plaza de Cataluña, donde luego estuvo la Banca Arnús y, hoy, el Banco Central, y su calidad ha quedado como legendaria. Las *bécasses sur canapé,* la *tête de veau,* el lenguado *Marguery* o el *cassoulet* de José Ribas eran antológicos. Lo era también la *escudella* catalana, que alcanzó una autoridad rotunda y quedó como modélica. Como quedó un plato digno de codearse con las grandes creaciones que en la cocina han sido: los huevos Continental, suntuoso y delicado alarde. Ribas, y luego su hijo Rosendo, fueron unos maestros adorables. Los grandes *gourmets* que han dejado memorias -tan escasos en nuestro país, desgraciadamente-, hablan y no acaban de la calidad

del buey de este restaurante. Unos filetes perfectos, muelles, nobles, sanguinolentos en el punto en que el jugo tiene recónditos azulados y malvas sombríos, de un tamaño respetable, como su monumento al arte, tan francés, de enaltecer la monótona carne bovina.

El Suizo llegó casi mediados del siglo XX. Estaba situado en la Rambla del Centro, 31, con puerta trasera en la Plaza Real, 17. Nosotros lo despedimos con todo honor e irreprimible nostalgia en la noche del 30 de marzo de 1949. Hasta que esta venerable casa cerró, se celebró en un saloncito del entresuelo la anual votación del Premio Nadal de novela, en la noche de Reyes. El Suizo adquirió fama en manos de su propietario, el italiano Maffiolo. Había sido fundado en 1861 por un italiano, Mario Zanfa, que lo cedió prontamente a Juan Maffiolo y a un socio apellidado Sterna. Su éxito fue tal que en 1866 era ya uno de los mejores restaurantes de Europa.

Los italianos trajeron a Barcelona la tradición de la pasta italiana. A ellos se debe que los macarrones sean un plato absolutamente barcelonés y que los canelones hayan sido considerados, por muchos tratadistas, como plato catalán a pesar de su ascendencia italiana. Los canelones se han convertido en un plato de una festividad catalana por excelencia: el día siguiente de Navidad, o sea, el día de San Esteban. En el restaurante Suizo había un plato que era el producto de la fructífera colaboración del cliente, del camarero y del cocinero. El arroz a la parellada se debe a un *gourmet* de la época, don Julio Parellada, propietario del palacio de la calle de la Canuda, donde hoy está instalado el Ateneo Barcelonés. Don Julio Parellada, magnífico tipo de *dandy* que dilapidó en flores, perfumes y galanterías más concretas parte de su fortuna, era un *gourmet* sibarítico y, en sus últimos tiempos, con su plastrón de piqué y su clavel en la solapa, ocupaba con grave autoridad una mesa del Suizo. Un buen día se le ocurrió pedir al camarero Jaime Carabellido un arroz especial, que aportase todos sus tropezones, sin huesos, ni espinas. Se elaboró el plato, que no es fácil, y repitió su petición. Carabellido se entendió con la cocina pidiendo simplemente «Parellada». Bien pronto se popularizó el plato y se incorporó el «arroz a la parellada» a la minuta del Suizo.

Según Ángel Muro, reputado tratadista, cocinero práctico, el restaurante del mundo donde mejor se ponía el arroz a la milanesa fue el restaurante Martín, que estaba situado en la Rambla del Centro, frente al Teatro Liceo. El Martín, la Maison Dorée y el inolvidable Continental fueron, además de unos restaurantes que cultivaban la cocina francesa y la italiana, las piedras básicas de la cocina pública en Barcelona.



Las gentes del pueblo, los menestrales y la pequeña burguesía comían sus platos tradicionales. El *bacallà a la llauna* es uno de los platos mesocráticos más importantes que haya conocido cualquier cocina y es un plato barcelonés por excelencia. El lomo de cerdo frito con judías, que servía Batista, del Hotel Falcón, era inefable. El *cap i pota,* la *escudella* y luego la zarzuela de pescados han sido platos barceloneses cien por cien, como fueron también platos barceloneses el arroz con conejo, tan grato al paladar del obrero catalán, las tortillas de *mongetes,* los buñuelos de bacalao, llamados también *crispells,* las tripas o callos a la catalana, los finísimos estofados –con sus patatas y su hoja de laurel–, las sardinas fritas, la sopa de mejillones, los fideos a la cazuela –influencia italiana mejorada por la teoría inefable del sofrito y de la costilla de cerdo–, los pies de cordero con piñones y guisantes, el hígado con cebolla –en el que la cocina catalana coincide con el *fegato alla veneziana,* sin que hayamos podido encontrar la menor concomitancia entre ambas invenciones–, la sopa de cebolla con una yema de huevo, propia para tristes y anémicos, las sopas de caldo de gallina con tapioca, que resucitaban a los pálidos noctámbulos salidos de las casas de juego y de los cabarets, y tantos y tantos otros platos que Barcelona creó, mantuvo y casi ha perdido.

Esta es la cocina ciudadana que nos interesa subrayar. Capítulo aparte merece la cocina más autóctona y directa que, sin generalizaciones que resultarían excesivas, podemos considerar cocina de la costa barcelonesa y gerundense y de sus tierras del interior.

### *La cocina marinera de la costa barcelonesa y gerundense*

Cuando se habla de la cocina de pescado de la costa gerundense o, si se prefiere, de la costa al norte de Barcelona, se ha de acudir al mejor escritor gastronómico de lengua catalana, que es José Pla. El gran escritor de Palafrugell ha dedicado una parte importante de su obra a tratar de la cocina del país. Lo ha hecho con la firme convicción de que su aportación en este aspecto, como en tantos otros, era necesaria para dar una visión realista, pero también poética, de las tierras catalanas. Por esta razón Pla, que contra lo que muchos creen es un hombre de apetito corto, ha defendido, con una convicción inalterable, la que él llama la «cocina directa», es decir, la cocina que, con ingredientes óptimos y con una manipulación sencilla y tradicional –una sencillez consagrada por la tradición–, pretende dar el máximo nivel de la coquinaria autóctona. Así, pues, si hemos de hablar de la cocina como manifestación

del genio de un pueblo, o bien como elemento nutricio adecuado a las mejores posibilidades que una tierra da, resulta evidente que la concepción de José Pla es correcta. Ahora bien, si consideramos la cocina como una de las bellas artes, como el símbolo de una actividad no sólo material sino también espiritual, en este caso el concepto que Pla nos ofrece es harto discutible.

Para Pla la cocina de un pueblo es la expresión del uso que ha hecho de sus disponibilidades alimentarias. En este sentido, Pla es un guía eficaz y su ensayo sobre cocina catalana, que titula *Llagosta i pollastre,* es el libro más seguro e indiscutible que se haya escrito sobre la cocina popular catalana.

Evidentemente, para Pla la gran cocina de su región es la que se hace a base de pescado. El *suquet* del litoral gerundense, las sopas de los fogones marineros, los pescados a la brasa –perfumados con hinojo–, los arroces pescadores –caldosos y aromáticos–, tienen sus más entusiastas preferencias. Hagamos constar que el pescado del Mediterráneo correspondiente al litoral de la Costa Brava, que es toda la costa de Gerona, es de una calidad excelsa y los peces de roca encuentran muy difícil parangón con ningún otro animal que por el mar circule.

Las sopas de pescado son diversas. Lo son ante todo porque sus elementos básicos pueden ser variados y casi infinitos; es decir, se puede hacer una buena sopa de pescado con casi todos los peces de roca. En segundo lugar, por la peculiaridad del cocinero o de la cocinera, la gracia en aderezar la picada, el acierto de escoger una determinada hierba aromática, la parsimonia sapiente en la cocción.

Pero hemos de hablar de una sopa de pescado que sea, por lo menos, ya que no arquetípica, suficientemente indicativa. Según Pla, la sopa de pescado se hace «arrasando» los pescados por ebullición, porque cuanto más hierven, mejores sustancias tendrá el caldo. Esto nos parece un axioma indiscutible. La sopa de pescado catalana se caracteriza por la picada y queremos ofrecerles una receta debida a Ignasi Doménech:

«El pescado más a propósito para hacer sopa es el de roca, porque es, al mismo tiempo que sabroso, duro; por ejemplo, polla, lluerna, rata, rape, pajel, congrio. No cabe duda de que estos pescados son, además, muy sustanciosos. Una vez limpiados, se cortan en trozos regulares que se ponen a cocer con sal, laurel y el agua suficiente para hacer la sopa. Transcurridos unos diez minutos, se ponen, en una cazuela honda, varias rodajas finísimas de pan tostado o sin tostar; se calienta la sopa con el caldo del pescado y, mientras está en cocción, se le añaden dos huevos duros (o sólo



las yemas, picándolas bien). Después se hace una gran picada de ajo, un poco de pan frito, algunas almendras y avellanas tostadas, haciendo una pasta que se remoja con aceite, añadiéndole un poco de canela, especias (poquísimas) y un poquitín de azúcar. La picada se disuelve con el caldo de la misma sopa; se le echa algo más de aceite, a la vez que se mueve la sopa para que el pan se pueda deshacer del todo. Los trozos de pescado, libres de espinas y escamas, se ponen en la sopa, haciendo lo posible para que no se desmenucen. Se añade sal y se tapa la cazuela para que su contenido cueza un rato más, teniendo cuidado que la sopa sea, al momento de servirse, más clara que espesa».

Como dice muy bien Pla, a la sopa de pescado catalana no se le ha de poner azafrán y, por lo que a nosotros atañe, evidentemente nos sobra la canela de la receta magistral del viejo maestro Doménech. Entendemos que esta especia debe usarse sólo en muy solemnes ocasiones. Sin embargo, a fuer de hombres objetivos, hemos de señalar que en Cataluña la canela ha sido un importante elemento que aparece en una infinidad de platos, desde los asados de pavo o de gallo hasta las sopas de pescado. Es, a nuestro modo de ver, un resabio medieval de nuestra cocina, que cada vez va teniendo menos adeptos. Pero no olvidemos que durante los grandes siglos de Cataluña, el tráfico con Venecia, con Nápoles y con Génova era constante y la canela en rama era un objeto precioso en el intercambio mercantil.

Existen otras sopas de pescado que merecen mención. La sopa de rape, según José Pla, es barcelonesa. Aunque ignoramos los motivos de la afirmación del escritor, compartimos su opinión de que el rape no tiene, él solo, las preciosas virtudes necesarias para hacer un buen caldo. Debemos mencionar también la sopa de mejillones a la pescadora, la sopa de escorpena sola, la de mariscos y tantas otras variaciones que la sopa de pescado admite. Nosotros hemos dado ya una fórmula satisfactoria y por ello nos limitamos a citar las demás. Al lado de estas sopas, está el *suquet dels pescadors,* que es un plato proteico que cada pescador manipula a su manera. Hemos comido en Cadaqués y en Calella de Palafrugell, en La Escala y en Tossa, *suquets* inolvidables; los mejores, en compañía de José Pla. Éste da, de una manera definitiva, la fórmula del *suquet:*

«Los pescadores y marineros hacen la *olla de peix* utilizando exactamente una olla de barro donde ponen, en el aceite correspondiente, los siguientes ingredientes en crudo: ajo, perejil, tomate

(muy poco), cebolla (abundante) y el pescado. Lo cubren de agua (es siempre mejor utilizar caldo de pescado), le dan un golpe violento de fuego y el plato queda listo. Es un plato rápido y sabroso, la calidad del cual depende del pescado que se utiliza. La *rascassa* (escórpora roja) es específicamente el pescado más indicado, el que da al plato su mejor calidad. La fórmula popular de la *olla de peix* requiere que, también en crudo, se añadan a las sustancias citadas cuatro patatas. Las personas que se consideran refinadas dicen que las patatas les sobran. Yo no lo creo. Yo soy partidario de que se añadan las patatas, siempre que sean pocas y de primerísima calidad –cosa cada día más difícil de encontrar en el mundo en que vivimos–. Es un plato magnífico, de sensaciones directas, de un color blanquecino, rosado, muy fino».

Los arroces de pescado, hechos en cazuela, con un suntuoso sofrito y generalmente algo caldosos, merecen capítulo especial. El arroz con cabeza de mero y cuatro guisantes, o el de congrio, que hemos comido en Tossa de Mar, es una de las cosas que nos hacen desear que nuestra presencia en este mundo se prolongue lo más posible. El arroz de bacalao y mejillones, o de bacalao solo, es un plato cuaresmal de segura fascinación. El arroz blanco con marisco puede adquirir también una calidad inaudita. El arroz negro de Palafrugell es un plato delicadísimo. Lo hemos comido elaborado angélicamente por doña María Casadevall de Pla, madre del escritor y cocinera de un toque irrefutable.

Los pescados a la brasa sólo dependen de dos cosas: de la calidad del pescado y del arte casi instintivo de cocerlo. En primavera, las sardinas, grasas y opulentas, de un azul recóndito y barnizado, son un desayuno delicioso. Diversas poblaciones costeras se disputan la primacía en cuanto a la calidad de los salmonetes, estos peces ávidos, carnívoros y feroces; conviene insertar una ramita de hinojo en sus entrañas para conseguir un plato inolvidable. Pero no hemos de ser chauvinistas: el mejor salmonete del mundo, y estamos dispuestos a defenderlo a pie y a caballo, con lanza, espada y daga, es el que se pesca en las islas griegas. Si caen ustedes por Atenas, vayan al restaurante del Hotel de Inglaterra, donde ya estuvo el vizconde de Chateaubriand, que era hombre de paladar sensible, y pidan un salmonete con unas gotas de aceite del Peloponeso. Les costará caro, pues se vende a tanto el gramo... Pero, si lo hacen así, ustedes sabrán cortar por lo sano la disputa sobre si son mejores los salmonetes en Blanes, en Cadaqués, en Tossa o en Lloret. Aunque en estos lugares sean, repetimos, excelentísimos. A la brasa, pueden asarse muchos otros pescados y crustáceos. Quizá los más sabrosos sean el bogavante y la langosta, si son de una fauna marina inmediata, es decir, si no son argelinos o mauritanos. Una auténtica langosta, una langosta pequeña, la llamada *castanyola* –exactamente, «castañuela»–, que los franceses conocen con el nombre de *demoiselles de Caen,* es una de las cosas mejores que pueden comerse, tostada con leña de sarmiento, sobre todo si las mencionadas «castañuelas» se degustan a pares, como su nombre aconseja. Recordemos una fórmula un tanto curiosa: la langosta con chocolate, que es la langosta acompañada de una salsa ligada en que interviene el chocolate, plato del que se ha derivado el pollo con langosta, que tanta fortuna ha alcanzado en los últimos años.



Los pescados al horno, con su inevitable sofrito, sin exceso de tomate, son platos más elaborados; pertenecen a la cocina burguesa de las poblaciones donde había, al lado de los pescadores, constructores de barcos y, al lado de los marineros, armadores. Toda la teoría de los pescados mediterráneos, el dentón, el mero, la dorada –hermana aristocrática del besugo–, la lubina, la escórpena, merecen los honores de ir al horno escoltados por un sofrito fastuoso y un aceite de transparente oro viejo. Los pulpitos, que se toman en primavera, salteados con ajo y perejil o guisados con cebolla, nada tienen que ver con el enorme pulpo del Atlántico. Son dos familias distintas. La sepia y los pequeños calamares pueden aderezarse como los pulpitos. Y las sepias de mayor tamaño, guisadas con patatas y guisantes a la cazuela componen un plato de una enorme personalidad.

Ya hemos hablado del bacalao a la *llauna* barcelonés, plato que ha tenido un gran predicamento entre las gentes del pueblo. Pero el gran plato de bacalao es la *samfaina de bacallà a la catalana,* cuya fórmula damos por considerarlo uno de los platos más peculiares de la cocina del Principado. Una vez remojado el bacalao, se le da un hervor en agua. Se le quitan las espinas y se pasa por harina. Después se fríe con aceite. Con este aceite –al que se añadirá más, si fuera necesario– se fríen bastantes cebollas, berenjenas, pimientos y tomates, previamente cortados a trozos, y perejil picado. Se coloca el bacalao en una cazuela honda y se añade la *samfaina.* Póngase una hoja de laurel. Tápese la cazuela y se coloca en una esquina del fuego para que su contenido se vaya cociendo a fuego lento. Se le pone sal y se espolvorea con perejil picado.

Otro plato de bacalao es el de cuaresma, guisado con patatas, garbanzos y rodajas de huevo duro. También en cuaresma se elabora un dilecto plato de bacalao a base de espinacas, pasas y piñones a los que se añade, a veces, incluso una tortilla.

Importante es en Cataluña la cocina del caracol. Un plato enormemente directo son los caracoles a la *patarrallada,* al que muchos quieren ver un origen gitano, pero que nosotros tenemos por un plato de merendola, espontáneo y sin la menor complicación. He aquí su fórmula, según Ignasi Doménech:

«Los caracoles, una vez completamente limpios e impregnados de sal, se asan encima de leña, procurando que la abertura de cada caracol esté hacia arriba, de manera que el caparazón sirva a modo de cazuela, procedimiento que permite que los caracoles queden admirablemente cocidos. En cuanto hayan acabado de cocerse, se colocan en una bandeja o plato y luego se hace un alioli a base de la siguiente receta: en un buen mortero se pican seis o siete ajos de calidad, mezclados a un poco de miga de pan remojada con vinagre. Cuando los ajos componen una especie de pasta, se trabaja la masa añadiendo pequeños chorros de aceite como si preparásemos una salsa mayonesa. Se le pone la salsa y la cantidad que se quiera de aceite cuidando, sin embargo, de que la salsa quede siempre espesa y fuerte de ajo».

Los caracoles suelen tomarse con una picada o como acompañamiento de guisados insólitos. La langosta con caracoles y el conejo escoltado con caracoles son dos platos que hay que tener en cuenta dentro de la cocina catalana.

Las legumbres son excelentes: los guisantes, dulces, estofados con una punta de jamón o de tocino, con el acento perfumado de las hierbas del campo, resultan una de las delicias más puras que pueda experimentar un *gourmet.* Las habas a la catalana tienen, asimismo, una calidad extraordinaria guisadas con butifarra negra, con tocino y una sabia aportación de hierbas entre las que domina, por un aroma, la hierbabuena. Las alcachofas, las espinacas, los espárragos trigueros –ya sea tomados solos o en tortilla– completan la gracia de esta cocina primaveral.

Sin pretender que muchos de estos platos se coman solamente en la zona interior de la región catalana, hemos de hablar de las grandes sopas invernales. De la *escudella* ya hemos tratado. De la sopa de ajo diremos que es común a casi todas las regiones españolas. Pero la sopa de ajo tiene una derivación muy típica: las sopas de menta –esta menta en catalán es la hierbabuena– y las sopas de *farigola,* es decir, la sopa perfumada con tomillo. Existen otras sopas de mayor consistencia; se trata de platos solemnes, de tierras frías. Entre ellas, la sopa de *ventre,* de la comarca de Vic, que preside las grandes matanzas de



cerdo y que está hecha con los despojos del animal; la sopa de perdices; la de conejo de Castellbisbal; la sopa de palominos, cuya fuerza, según los antiguos, reconfortaba a los enfermos; la sopa de cebolla y ajo; la sopa de fideos con bacalao y toda clase de purés de legumbres, desde el espeso puré de lentejas al amable puré de guisantes.

El arroz con pollo a la cazuela y el costillar de cerdo con un aditamento de mejillones y crustáceos es un plato generalizado en la gastronomía catalana. Antiguamente, en muchas casas, comían cocido seis días de la semana, y el domingo, este arroz con pollo, para solemnizar la fiesta. Los pobres comían arroz con conejo. Ahora, las cosas se han invertido y el conejo lo comen los ricos y al pollo –engordado sabe Dios de qué manera– están condenados los económicamente débiles.

En Cataluña los gallineros fueron siempre opulentos. Al escribir esto, nuestras palabras se tiñen de nostalgia porque los pollos, los patos, las ocas y los pavos que circulan libres, picoteando las eras, buscando el grano en los pajares, se los reservan para sí los avisados payeses. El resto de los habitantes de aquel inolvidable gallinero catalán, nutridos con piensos compuestos, nada tiene que ver con aquellos *gratapallers,* que se perdieron para siempre. Hablemos de los platos, como si estuvieran todavía vigentes, que la volatería nos ofrecía. El pollo asado *(rostit),* hecho con manteca de cerdo, era un plato exquisito y propio de las fiestas más señaladas. La oca con peras o con los pequeños nabos de Cerdaña solía comerse en las fiestas mayores. El pavo navideño, relleno con salchichas, butifarras cocinadas, pasas y piñones, es evidentemente un plato de excepción, porque se mantiene con un tozudo tradicionalismo. El pato relleno con manzanas o guisado con aceitunas y con higos, es una extraordinaria aportación de la cocina catalana a la gastronomía nacional.

También la ternera y el buey son, por supuesto, base de platos peculiares. La ternera de la provincia de Gerona tiene cierto prestigio. El buey es coriáceo como en todo el resto de España: con la carne de estos bóvidos se hacen los grandes estofados. El fricandó, aportación directa de la cocina francesa, es un guisado de ternera o buey, como lo es también la ternera con guisantes, plato mesocrático que conoció, años atrás, una gran popularidad.

El cordero es, en las provincias de Barcelona y Gerona, excelente. La *costellada* ha sido, durante muchos años, el plato de la típica excursión al campo, que culminaba con asar a la parrilla chuletas de cordero y butifarra, acompañado todo ello con alioli. La pierna de cordero guisada a la francesa tiene asimismo una formulación concreta en la cocina catalana.

Las tripas de cordero y de ternera, sin llegar a la personalidad casi universal de los callos a la madrileña o del menudo gitano, tienen también una extendida popularidad; junto con las manos y las mollejas de la ternera de ambos animales forman el *cap i pota,* desayuno reconfortante de las gentes de los grandes mercados en las poblaciones agrarias catalanas.

El cerdo, como hemos señalado, ha sido doblemente básico en la cocina catalana: por sus grasas y por formar parte de los grandes platos. El lomo frito con alubias blancas es un plato no sólo ciudadano sino también payés. Lo es asimismo la *cansalada,* el tocino, con el mismo acompañamiento. Un par de huevos fritos con *cansalada* constituyen un plato muy apropiado para el desayuno de las gentes que trabajan con esfuerzo físico. Las manos de cerdo se comen en *samfaina* –receta sublime–, estofadas con patatas o con nabos, deshuesadas y empanadas, y de otras cien maneras, según la fantasía de los cocineros. Especialísima importancia tienen, en la gastronomía catalana, los embutidos de la región: los famosos salchichones de Vic y su derivado, el *fuet,* más delgado; la butifarra, blanca y negra; el *bisbe* –que es butifarra de sangre– y la butifarra catalana por antonomasia, que muy a menudo está trufada. La butifarra compone, con los *rovellons,* uno de los platos más típicos y perfectos de la cocina catalana. El *rovellón* –*Lactarius deliciosus,* en su nombre científico– es una seta otoñal de los bosques de coníferas; aunque suele ser desdeñada en el resto de España, tiene, entre los gastrónomos catalanes, gran aceptación, especialmente a la parrilla o al horno.

La caza, antiguamente, era muy abundante y aún se conserva en algunos lugares de Cataluña; pero hoy viene sobre todo de los grandes espacios de la meseta. Dos animales dominan el ámbito de la caza: la perdiz y el conejo de monte. La perdiz con coles es el mejor plato de caza catalán, un acierto secular de la cocina del país. El conejo guisado con hierbas del bosque, que tonifican su carne, es también un plato excelente. La liebre con castañas y las codornices en todas sus variedades, desde la que se hace con uvas hasta la simplemente aderezada dentro del pimiento, son platos excelentes.

La repostería triunfa en Cataluña. La tradición suele ligar las festividades religiosas con los más aquilatados dulzores. En cuaresma son muy apreciados los buñuelos, tan azucarados, ya sean de viento, como los del Ampurdán, o de pasta sólida. San José, festividad que coincide con el momento en que las gallinas son más ponedoras, nos da la crema, un dulce delicado, hecho de leche y huevos y cubierto con una capa de azúcar quemado, a punto de caramelo. Y la Pascua nos trae las típicas *monas* catalanas, pasteles en los que generalmente aparece el huevo pascual, con el que obsequian los padrinos a sus ahijados. Las *monas* sólo se consumen en esta fecha. En la festividad de Todos los Santos, a pesar de su melancolía, se comen, en Cataluña, los deliciosos *panellets,* dulce elaborado, principalmente, con almendras y piñones. Finalmente, recordemos los dulces típicamente navideños: el turrón, de origen levantino pero que ha tomado carta de naturaleza entre los catalanes, y las *neules,* los típicos barquillos.

# Catalunya Nova
## (Tarragona y Lérida)

Dentro de los guisados populares tarraconenses, empezaremos, para su comentario, con cuatro platos excelentes, de apariencia humilde, elaborados con materiales no considerados nobles, derivados directamente de la cocina que se hacía en los barcos de pesca antes de la invención del frigorífico, artefacto –sea dicho de paso– que ha puesto sibilinamente a disposición de los pescadores el civilizado bistec a la plancha. Estos cuatro platos son: el *bull de tonyina,* el *pataco,* el *arrós negre de sipions* y la *anguila xapada.* Ninguno de estos platos, desde luego, es posible hallarlo en la carta de los restaurantes cuya distinción culinaria culmina en el lenguado o la divulgada fritada. Pueden o no gustar, y ya la escritora norteamericana Barbara Norman –a quien saludamos desde estas líneas–, en su libro *The Spanish Cookbook,* dice que la cocina popular catalana es muy variada, pero *«of course, some of the dainties appreciated locally may not appeal to the non-native».*

Del *bull de tonyina* ya nos había hablado nuestro querido amigo José María Soler, de El Vendrell, pero nos lo descubrió el también querido amigo José María Servat, invitándonos a comerlo en Villanueva, que es una de las poblaciones donde mejor se hace. La base del guiso es la tripa del atún cortada a pedacitos muy pequeños, lo que elimina la repulsión que mucha gente siente por este tipo de viscosidad. El equilibrio viene establecido por la intervención opulenta de la judía. Otro ingrediente son los caracoles, que hacen que el consumo del *bull* sea parsimonioso y lento. El *bull* es un guiso caldoso, fuerte, de coloración oscura, cardenalicia, que invita a la repetición. A este plato debe preceder algo ligero, de preferencia unos percebes.

El *pataco* es un plato localizado en Cambrils y aledaños, y, como su nombre indica, se hace con patatas. Sin embargo, la clave culinaria es, como en el plato anterior, el atún, cortado en pedazos regulares. Una gracia especial le confiere la intervención del calabacín, troceados a rajas. También se ponen unos caracoles. Tanto el *bull* como el *pataco* son guisos de cocción lenta, y en esto se emparentan con los *marmitakos* vascos.



El *arrós negre de sipions,* cuya fórmula nos proporcionó nuestra querida y sapientísima señora Ardévol, viuda de Bassedas, es un arroz, popular también en Cambrils, realizado a base de un sofrito de cebolla y tomate con adición de pimiento o alcachofa, y en el que se añaden luego pequeñas jibias o jibiones con su tinta. Cuando el arroz está ya hecho, se derrama encima una tenue capa de alioli sin ligar, es decir, como si se hubiese cortado. Se llama «arroz negro» porque, al teñirse con la tinta de las jibias, realmente lo es.

La *anguila xapada* es un plato del delta del Ebro. En estos lugares (Amposta, Sant Jaume, La Cava, etcétera), cuando pescan la anguila la ponen a secar al sol, cosa fácil de comprobar tan pronto uno se pasea por los campos y arrozales. La anguila, después de ser puesta en remojo, se guisa con patatas o con judías, habiendo varias fórmulas para hacerlo. Sin embargo, a pesar de nuestro interés por este plato, nunca hemos logrado conseguirlas.

Otros platos característicos de Tarragona son el *arrossejat* –hecho con caldo de pescados–, el *groguillo,* el *xarró tarragoní,* los *cargols llepats,* la *espineta amb cargolins* –plato similar al *pataco* de Cambrils–, las albóndigas de bacalao, los huevos Tecleta, el *arrós de pagés* –con bacalao y verduras–, el *xató* de El Vendrell, etcétera. De un tiempo a esta parte, se ha divulgado muchísimo la *calçotada* de Valls, guiso campero consistente en cebolletas asadas que se comen mojadas en una salsa especial, parecida al *romesco.*

Sin embargo, el gran plato de Tarragona es el que acabamos de nombrar, el *romesco,* cuya fórmula transcribimos del gran experto Antonio Alasá (Máximo Burxa), tomada de su libro *La cocina de mi tierra.*

### CÓMO PREPARAR UN EXCELENTE ROMESCO
### (5 raciones)

«Es cuestión muy machacona guisar un excelente *romesco,* por lo que es esencial disponer de un buen mortero y de su correspondiente mano morena.

»Primeramente, pongamos al fuego una cazuela, a ser posible de hierro, con un cuarto de litro de aceite refinado y friamos ligeramente un pimiento de *romesco* seco y sin semillas ni rabo, y una rebanada de pan blanco. Pongamos en el mortero un poco de sal, 3 granos de ajo y 10 o 12 avellanas o almendras tostadas, machaquemos hasta que quede todo convertido en una pasta homogénea, a la que añadiremos el pimiento ligeramente frito; volvamos a machacar, hasta que la rebanada de pan esté frita, en cuyo caso la meteremos en el mortero dale que dale, hasta que la pasta esté

bien fina. Entonces, es llegada la hora de añadirle el "secreto" personal de cada cocinero. Y una vez realizado, pongamos de nuevo la cazuela al fuego y cuando el aceite esté bien humeante, vertemos el contenido del mortero, tapando la cazuela por espacio de medio minuto. Se añaden dos cucharones de agua caliente en la que se hayan cocido unos cangrejos de mar, se introduce el pescado (750 gramos) y se cuece durante unos 10 o 15 minutos (este tiempo dependerá de la clase de pescado) y a chuparte los dedos, con perdón sea dicho.»

A continuación, Máximo Burxa nos descubre los más célebres «secretos» de los *romescaires,* y así nos enteramos del «d'en Boira», del «d'en Mitjallàgrima», del de Pepito Mestres, del de J. Budesca y el del «romesco a los Mil Diablos», que «como su nombre indica es sólo para mayores... de estómago blindado; póngase en el mortero: una cabeza de ajos enterita, un *pebrot* de romesco y una guindilla, añadiendo un poco de sal y todo ello bien picado. Deslíese con aceite y seguidamente a la cazuela con el pescado. Buen provecho, lector, y procura huir del mundanal ruido...».

En cuanto a repostería debemos mencionar, como típicos de la provincia, *el menjar blanc* de Reus –consistente en una deliciosa crema de almendras–, los *pastissets* de Tortosa –rellenos de cabello de ángel–, los *bufats* del Vendrell, los *bunyols,* las croquetas de María y los roscones de Pascua.

Respecto al capítulo de vinos, diremos que en Tarragona hay bastantes comarcas vinícolas, en las que destacan el Priorato y su capital, Falset, por su vino tinto, apreciado incluso internacionalmente, y la comarca de la Tierra Alta, con su capital, Gandesa, que produce excelentes vinos blancos. Ambas comarcas dan vinos de excepcional calidad, de graduación muy alta.

El Camp de Tarragona, la Conca de Barberá y la Conca del Gayá producen también delicados vinos; los más conocidos son, quizá, los del Bajo Panadés, de fino *bouquet* y rubio color.

Si de Tarragona pasamos a Lérida, nos daremos cuenta de que su cocina es sencilla, pero ruda y de sabores acusados, como lo demuestra, por ejemplo, la *cassolada,* cazuela típica de los trabajadores del campo, que cierto día comimos en casa de nuestro amigo José Ortoneda. Es un guiso de patatas y verduras, con tocino y *cap-de-costella.* Cuando está casi al punto se derraman por encima unos huevos batidos.

También es muy popular el arroz de congrio y bacalao, uno de los clásicos arroces de antaño, cuando en los pueblos del interior no era



posible hacerse con pescado. Se trata de un arroz caldoso y fuerte. Otro plato típico de la montaña es la cabeza y patas de cordero con girella, característico de Pobla de Segur y cuya receta transcribimos de la *Cocina regional.*

«Con agua que las cubra, se cuecen durante quince minutos la asadura, el sebo y el arroz, agregándoles unos dientes de ajo picado y un ramo de perejil. Transcurrido el tiempo se escurre bien y se pican en la máquina la asadura, el sebo, el arroz y el tocino, se amasa esta pasta con los huevos, se agrega un poco de azafrán, sal y pimienta y se rellena con esta masa la tripa previamente preparada. Se pone colgada para que escurra y se enfríe. Esto es la girella.

»Se pone a cocer en agua con sal la cabeza y las patas hasta que se puedan quitar todos los huesos.

»En una cazuela de barro se pone un poco de aceite y se fríe la cebolla picada y el tomate, se le agregan ajos y almendras machacadas y una taza de agua, se colocan en este caldo las cabezas y las patas deshuesadas y la girella cortada en rodajas, se deja dar unos hervores y se retira del fuego, sirviéndose en la misma cazuela.»

También es celebrado el arroz con conejo, plato no exclusivamente leridano; los *panadones* rellenos de espinacas y pasas y piñones; las habas con caracoles y alioli; la sopa de Festa Major (de Lérida) y la olla *barrejada.*

En las estribaciones del Pirineo y en todo el valle de Arán y valles adyacentes son muy apreciados los *xolís,* embutidos campesinos, parecidos al *fuet,* muy secos y retorcidos como sarmientos, y los pequeños quesos de pastor. Existe también un queso llamado *llenguat,* de olor y gusto fortísimos, fermentado en vasija de barro.

Veamos, sin embargo, lo que nos dice un experto de esta región, José María Espinás, en una página brillante de su *Guía del Pirineo de Lérida:*

«El panorama gastronómico del Pirineo de Lérida destaca, más que por su variedad, por la calidad y valor popular de sus elementos fundamentales. No nos referimos en este lugar a los menús habituales de los establecimientos hoteleros, dedicados al turismo, sino a lo que constituye la característica propia del país. Los quesos de oveja y de vaca son excelentes y en muchas casas mostrarán al visitante la quesera tradicional, que presenta numerosas variedades en su forma y ornamentación, aunque siempre dentro del puro estilo popular.

»El *xolís,* típico embutido del Pallars, es una especie de salchichón cuya sección tiene forma de "ocho". Se prepara con carne muy magra que se trincha cuidadosamente; se coloca luego en la *pastereta* y se especia con sal y bastante pimentón y, una vez revuelta, la pasta se embute de modo que quede apretada. Además del *xolís* normal hay el embutido llamado *xolís del vistaire,* ejemplar de extraordinarias dimensiones que la familia fabrica para la ocasión en que un mozo acude a cortejar a una hija de la casa.

»Las cocas palleresas –que recuerdan a las cocas mallorquinas– adornan la pasta propia de la coca con tomates, pimiento y arengada, aunque la guarnición de la coca, como toda comida popular, queda a la discreción y el gusto de quien ha de consumirla.

»La delicada trucha de río o de lago es quizá la especialidad más acreditada del Pirineo de Lérida y su condimentación puede revestir diversas formas, aunque las más simples suelen ser las más afortunadas y las que más convienen al sutil sabor de este pescado amigo de las alturas.

»En el capítulo de las carnes, el civet de liebre es, en algunos valles, un plato perfectamente conseguido. Y especial mención debe hacerse del civet de *isard* (rebeco), una de las especialidades más sabrosas que conocemos. La caza permite distintos tratamientos culinarios, desde los más simples y familiares a los más elaborados. En el Pirineo de Lérida las setas ofrecen unas características únicas por su tamaño y calidad. En los bosques de abetos se hallan en cantidad extraordinaria, y la temporada suele ser larga.

»Debemos referirnos también al *confitat.* En un amplio recipiente de tierra cocida se disponen las tres principales manifestaciones del cerdo, el lomo, la costilla y la butifarra; a menudo, y en vasija aparte, se confitan también la cara y las orejas. Todo ello se conserva en aceite. En ocasiones se sirve acompañado de salsa de tomate. El *confitat* es un plato muy sabroso y extraordinariamente útil en invierno.

»Como postre recordemos el *gerd,* suerte de frambuesa silvestre, de bello color rosa-lila, que crece en los valles umbríos, al pie de los árboles cortados, pues se alimenta de la madera en descomposición.

»Son más, sin duda, los atractivos gastronómicos del Pirineo de Lérida, pero hemos señalado aquellos que el visitante encontrará con mayor facilidad o que son más típicos del país. Téngase en cuenta que en estas comarcas no se conoce la viña, por lo que suele beberse vino traído de la Conca de Tremp. Procúrese, sin embargo, probar el *ví d'encubellar*».



# Selección de recetas

## CONFITAT

Se trata de la manera de conservar las carnes derivadas del cerdo, con el fin de consumirlas en temporadas no propicias a la matanza.

El lomo, costilla, magras, butifarras, etcétera, cortado todo a trozos, se fríen en manteca o aceite y se van colocando en una vasija de barro, gres o bocal de vidrio, junto con algunas hojas de laurel, se cubren totalmente con manteca o aceite y se dejan enfriar. Cuando la manteca queda cuajada, se tapa el recipiente con papel apergaminado, mojado, y se ata con bramante.

Lomo, magras y butifarras, recalentado todo con tomate frito, en *samfaina,* etcétera, sirven para combinar excelentes almuerzos o comidas en épocas no favorables a la matanza del cerdo.

Otro sistema para preparar el *confitat* consiste en dejar, en adobo, en sitio fresco, los trozos de cerdo, crudos, con unos dientes de ajo, machacados previamente en el mortero con un poco de pimienta negra, orégano, un chorrito de vinagre y un poco de aceite; con estos ingredientes se embadurnan los trozos de cerdo, que se dejan en este adobo por espacio de 2 o 3 días, removiéndolos cada día. A continuación se fríen y se van poniendo en el recipiente de barro o vidrio, se cubren totalmente con la manteca o aceite, se dejan enfriar totalmente y se tapan con el papel.

## MENJAR BLANC

| | |
|---|---|
| 400 gramos de almendras dulces con 4 o 5 almendras amargas, a ser posible | 200 gramos de azúcar |
| | 1 piel fina de limón |
| | 1 canutillo de canela |
| 50 gramos de almidón flor | una pizca de sal |

Se pelan las almendras, se lavan bien y se machacan en el mortero, mojándolas con un poco de agua, hasta obtener una pasta bien fina.

Se mezclan con un litro de agua y se pasan por una servilleta, retorciéndolas. De este modo se consigue un litro de leche de almendras.

Se pone al fuego, con la piel de limón, la canela, el azúcar y un poquito de sal.

Se añade el almidón, desleído con 4 o 5 cucharadas de leche de almendras fría, y se remueve hasta que vaya a empezar la ebullición.

Se vuelca, a través de un colador fino, en un molde, untado ligeramente con aceite de almendras, en pequeños cacharritos de porcelana o en una compotera de cristal. Deberá servirse frío, desmoldeado o sin desmoldear.

## PANADONS AMB ESPINACS, PANSES I PINYONS

(Empanada de espinacas, pasas y piñones)

| | |
|---|---|
| 800 gramos de espinacas | 2 dientes de ajo |
| 100 gramos de pasas de Málaga | aceite algo abundante para freír |
| 25 gramos de piñones pelados | los panadons |
| 225 gramos de harina | sal |

Las espinacas, una vez lavadas, hervidas y exprimidas, se pican un poco con el cuchillo. En una sartén, puesta al fuego con un poco de aceite, se fríen los ajos picados; al empezar a dorarse, se añaden las espinacas, mezcladas con las pasas sin grana, previamente cortadas por la mitad, hervidas tres minutos en agua y bien escurridas, más los piñones, se saltean o fríen bien y se rectifica de sal.

Sobre la mesa o mármol, se pasa por el cedazo 175 gramos de harina, se hace un hoyito en su centro y se echa en él una pequeña jícara de aceite, sal y un poco de agua, la suficiente para formar una masa homogénea, fina y sin correa. Esta masa se estira con la ayuda del rodillo hasta que adquiere el espesor de un cartón delgado. Una vez estirada, se cortan circunferencias de 12 centímetros de diámetro. En el centro de cada una se pone una buena cucharada de espinacas salteadas, se juntan los bordes de la circunferencia doblándola por la mitad, de manera que quede en forma de media luna y se hace un doblez en los bordes de la pasta, con el relleno encerrado dentro.

Los *panadons* se fríen en aceite abundante o bien se cuecen en el horno, puestos en una placa y pintados de huevo batido por encima.

## ALBÓNDIGAS DE BACALAO A LA CATALANA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 200 gramos de bacalao de la parte gruesa que se pondrá en remojo durante 24 horas, cambiándole el agua dos o tres veces | 1/2 vasito de vino blanco o rancio seco |
| | 3 dientes de ajo |
| | 1 trozo regular de miga de pan blanco |
| 3 decilitros de aceite | 1 hoja de laurel |
| 1 huevo | 100 gramos de harina |
| 12 avellanas tostadas y peladas | unas hebras de azafrán seco |
| 1/2 vaso de leche | pimienta en polvo |
| canela en polvo | perejil |



Se cuece el bacalao durante unos minutos, en agua, con la hoja de laurel. Una vez cocido, y sin pieles ni espinas, se pica en el mortero, añadiéndole miga de pan, remojada en leche y exprimida después.

Cuando queda convertido en una pasta se incorpora el huevo batido, pimienta, canela, perejil picado, sal, si es preciso, y una cucharada de harina.

Deberá conseguirse una masa bastante compacta, con la que se forman albóndigas, que se fríen en aceite.

En el mortero se machacan el azafrán, los ajos, las avellanas y unas rebanaditas de pan frito, hasta obtener una pasta fina, que se disuelve con el vino blanco.

En una cazuela de barro, puesta a fuego vivo, se echa un decilitro de aceite, al que, al empezar a humear, le añadiremos el contenido del mortero, mezclado con un cuarto de litro de agua.

Tápese la cazuela seguidamente y hágase cocer unos 15 minutos; pasados éstos se añaden las albóndigas y se echa un poco más de agua caliente, si el guiso queda corto de salsa; se rectifica de sal y se deja cocer unos 15 minutos más.

Sírvase a la mesa en la misma cazuela.

## XARRO TARRAGONÍ

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 hueso de cerdo, salado, lavado al chorro del agua caliente | 1 pequeña col troceada |
| 100 gramos de habichuelas | 1 patata mediana, cortada a pequeños trozos |
| 50 gramos de guisantes pelados | 80 gramos de fideos gruesos |
| 50 gramos de habas tiernas peladas | 1 cucharada de sahín (sagí) |
| | 1/2 cucharada de harina |

Se pone al fuego, en una olla o marmita, algo más de un litro y medio de agua y el hueso salado y se deja hervir lentamente por espacio de 1 hora.

Pasado este lapso, se añaden las habichuelas, patatas, guisantes, habas y la col.

Se vuelve a tapar la olla y se deja que continúe la ebullición suave, por espacio de otra hora aproximadamente.

Por último, y después del tiempo de cocción señalado, se añaden los fideos y una bolita de sahín, amasada con un poco de harina. Rectifíquese de sal.

Para servir el *xarró*, se vierte en la sopera, tras retirar el hueso de cerdo.

## ARRÓS NEGRE

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 500 gramos de pequeñas jibias | 200 gramos de tomates maduros pelados, sin semillas y picados |
| 400 gramos de arroz | 3 decilitros de aceite |
| 200 gramos de cebolla picada | 3 dientes de ajo |
| 2 pimientos o alcachofas medianos | |

En una cacerola o cazuela de barro puesta al fuego, se fríe, con aceite, la cebolla y los pimientos, cortados a cuadros pequeños; a media cocción se incorporan las pequeñas jibias –de las que habremos reservado las tintas en una tacita–, enteras o cortadas a trozos, según su tamaño.

Se fríen estos ingredientes hasta quedar doraditos, se les añade el tomate, que se fríe también, y por último se le incorpora un cucharón (1/4 de litro) de agua caliente, que se hierve, a fuego lento, durante unos 35 minutos.

Media hora antes de servir el arroz, se le incorpora el agua precisa para su cocción –doble cantidad de líquido que de arroz–, se echa éste y, al empezar a hervir, vivamente al principio, se va removiendo despacio con la espumadera.

Se rectifica de sal y se le añaden las tintas de las jibias, disueltas en un poco del caldo del arroz o en unas gotas de vino rancio seco; en este punto el arroz adquiere un color negruzco; se continúa la cocción, algo más lenta a medida que va avanzando, pudiéndose meter la cacerola en el horno, si se dispone de él. Al cabo de 15 minutos el arroz deberá quedar sequito; entonces se esparcen por encima de cuatro a seis cucharadas de *all i oli* sin huevo.

*All i oli negat:* se machacan en el mortero los dientes de ajo, junto con un poquito de sal, hasta obtener una pasta y se les incorpora algo menos de un decilitro de aceite, poco a poco, sin necesidad de montarlo; debe quedar como un *all i oli* cortado.

## CASSOLADA O CASSOLA RIBATANA

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 200 gramos de carne de cordero o de ternera de la parte del jarrete | 4 huevos |
| | 60 gramos de azúcar |
| | 1 pie pequeño de apio |
| 200 gramos de careta de cerdo | 1 cebolla mediana con un clavo de especia clavado |
| 100 gramos de carne de cerdo magra | |
| 100 gramos de longaniza tierna | 1 pequeño canutillo de canela |
| 100 gramos de butifarra negra | sal |
| 1/4 de gallina de la parte del ala | perifollo |

En una olla con cuatro litros de agua se ponen a cocer las carnes y los embutidos, con el apio, la cebolla, la canela, unas hojas de perifollo y la sal



correspondiente. Cocción lenta. Las carnes y los embutidos se sacan del caldo a medida que se van cociendo. Con el caldo se hace una sopa excelente, con cualquier clase de pasta o sencillamente con pan.

Las carnes y los embutidos se cortan a trozos regulares; los huevos se baten juntos con el azúcar y todos estos componentes se mezclan dentro de una cazuela llana o un molde de boca ancha, cuyas paredes interiores se untan ligeramente con manteca con el fin de que el guiso no se pegue, y se mete en el horno por espacio de unos veinte minutos –según la fuerza del mismo– para que, con el calor y por mediación de los huevos, quede cuajado. Debe resultar una masa compacta.

Se sirve desmoldeando en una fuente, separándolo primero de las paredes de la cazuela y dándole luego un pequeño golpe por la parte de abajo.

Puede adornarse con cerezas y manzanas a trozos, cocidas con el mismo caldo del guiso. Si no gusta a los comensales el contraste de la sal y el azúcar o si hay entre ellos algún diabético, pueden reemplazarse los 60 gramos de azúcar por 2 de sal.

## PATACO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 400 gramos de atún | 2 decilitros de aceite |
| 3 o 4 docenas de caracoles | 1/2 vaso de vino rancio seco |
| 250 gramos de calabacines | 12 almendras tostadas y peladas |
| 1 cebolla grande | 2 dientes de ajo |
| 2 tomates grandecitos maduros, pelados y picados | unas hebras de azafrán seco |
| | perejil |
| 200 gramos de patatas | sal |

En una cacerola o cazuela de barro se rehoga, en el aceite, la cebolla picada; cuando empieza a dorarse se le añade el tomate, que se deja rehogar también un poco, y, seguidamente, se echan las patatas, a trozos, los calabacines, en rodajas, y el vino; rehóguese todo junto unos minutos más y cúbrase con agua caliente.

Cuando las patatas y los calabacines están medio cocidos, se incorpora el atún, cortado a trocitos, los caracoles, previamente cocidos, y la sal. Cocción lenta y continuada hasta que el atún y los demás ingredientes estén cocidos.

Unos 10 minutos antes de retirar la cacerola del fuego, se agrega la siguiente picada, disuelta con un poco del caldo de nuestro guiso: en el mortero se machaca el azafrán y los ajos, con un poco de sal, hasta obtener una pasta, a la que se incorporan unas hojas de perejil y las almendras y se continúa machacando hasta quedar bien fina. Se añade a nuestro plato, disuelta con un poco de caldo del mismo. Rectifíquese de sal.

## ANGUILA XAPADA

*4 personas*

800 gramos de anguila secada al sol
400 gramos de judías blancas
(puede prepararse con patatas en sustitución de las judías)
200 gramos de cebolla picada
200 gramos de tomates maduros, pelados y picados
1 vasito de vino blanco
1 diente de ajo grande
unas hebras de azafrán seco
10 avellanas tostadas y peladas
50 gramos de harina
2 decilitros de aceite
1 hoja de laurel
canela en polvo
perejil

La anguila, así como las judías blancas, se ponen en remojo la víspera. En el momento de guisarla se escurre, se seca con un paño y se corta a trozos, que se pasan por harina y se fríen en aceite hasta quedar ligeramente dorados.

Las judías se ponen a cocer como de costumbre.

En una cazuela de tierra, con aceite, se fríe la cebolla junto con el laurel y, al quedar dorada, se le echa el tomate, que se sofríe, y el vino blanco; que se deja reducir a la mitad.

Se incorpora la anguila y se cubre con agua caliente y parte del caldo de las judías; se cuece lentamente.

En el mortero, se hace una picada con el azafrán, el ajo, unas hojas de perejil y las avellanas tostadas, hasta obtener una pasta, que se disuelve con un poco de la salsa de la anguila y se añade a ésta cuando está cocida, junto con las judías bien escurridas.

Se rectifica de sal, se agrega un poquito de canela en polvo y pimienta –si se desea–, y se deja cocer todavía lentamente unos 10 minutos; se sirve a la mesa en la misma cazuela.

## CALÇOTADA DE VALLS

calçots o cebolletas tiernas
4 dientes de ajo
unas hojitas de menta
12 avellanas tostadas y peladas
1 cucharada de excelente pimentón o, mejor aún, la pulpa de dos pimientos de romesco previamente remojados en agua caliente
1/4 de litro de aceite fino
unas rebanaditas de pan
vinagre
pimienta

Los *calçots* son cebolletas tiernas de 2 a 3 centímetros de espesor y de un palmo de tallo a partir del bulbo; se calculan de 3 a 4 docenas por persona.

Los *calçots* se ponen sobre un haz de sarmientos secos, al que se prende fuego. Al cabo de unos 20 minutos, los *calçots,* recién asados, se llevan a la mesa, donde se desprenderán de la negra piel tirando de los extremos, es decir, se aprieta un poco la parte de abajo, se estira y se desprenderá la parte negra, sacando el *calçot* doradito que estaba en su interior.

Entonces se sumergen en la siguiente salsa *(salvitjada).*

En el mortero de mármol se ponen los ajos, la menta y un poco de sal.

Se pican bien, se añaden las avellanas y se vuelve a machacar; cuando la pasta queda bien molida se agrega el pimentón o pulpa de los pimientos romesco, unas rebanaditas de pan, mojadas en buen vinagre, y se continúa machacando hasta obtener una pasta finísima; entonces se echa poco a poco el aceite, disolviéndolo, hasta que la salsa queda lo bastante fluida para sumergir en ella los *calçots.* Rectifíquese de sal y pimienta si se desea.

Los *calçots* suelen acompañarse con un par de chuletas, asadas a la parrilla, o bien butifarras, también asadas, y mejor las dos cosas.

## BACALLÀ A LA LLAUNA

*4 personas*

De 400 a 500 gramos de bacalao, de la parte gruesa, cortado en ocho pedazos que se pondrán en remojo 24 horas antes, cambiándoles el agua dos o tres veces
1 pimiento grande asado, pelado y cortado en tiras largas
3 dientes de ajo picados
1 vaso de vino blanco
200 gramos de tomates maduros, pelados, sin semillas y bien picados
1/2 cucharadita de pimentón
1 hoja de laurel
un poquito de canela
pimienta molida (si se desea)
harina para enharinar el bacalao y aceite para freírlo
perejil

Los trozos de bacalao bien escurridos y secados con un pañito se pasan por harina y se fríen en aceite un poco abundante, hasta que tengan un ligero color dorado. A medida que quedan fritos se van colocando, unos al lado de otros, en una lata de las que se expenden expresamente para esta preparación de bacalao y que justifica el nombre de la receta.

En el aceite que haya quedado después de frito el bacalao se echa la mitad de los ajos picados; al quedar doraditos se les añade el pimentón y seguidamente el tomate y la hoja de laurel; se deja freír bien el tomate, hasta que pierda su acuosidad, sazonándolo con un poco de canela, un poco de pimienta, sal y un poquito de azúcar, para contrarrestar la acidez del tomate.

Frito éste, se le adiciona el vino, que se deja reducir bastante, y acto seguido se cubren con este sofrito los trozos de bacalao. Encima de éste se colocan las tiras de pimiento asado, se espolvorea con el ajo y perejil picado que nos queda, se rocía con un poco de aceite y se mete en el horno, con el fin de que el bacalao cueza lentamente en su salsilla unos minutos y se tueste ligeramente por encima.

Sírvase en la misma *llauna.*

## PAVA RELLENA Y ASADA A LA CATALANA

*6-8 personas*

1 pava de 2 kilos de peso
200 gramos de lomo de cerdo cortado a trozos
6 salchichas partidas por la mitad
100 gramos de jamón cortado en dados
El hígado de la pava cortado a trozos
250 gramos de manteca de cerdo
1 buen vaso de vino rancio seco
50 gramos de ciruelas negras previamente remojadas, deshuesadas y partidas por la mitad
30 gramos de orejones de melocotón puestos en remojo la víspera y cortados a trozos
25 gramos de pasas de Málaga, sin pepitas
25 gramos de piñones
1 trufa grande cortada en cuadritos
1 o 2 manzanas peladas y cortadas en dados
8 castañas asadas y peladas
canela
pimienta molida
sal

En una sartén grande, a fuego vivo y con manteca, se fríen conjuntamente los ingredientes ya indicados para el relleno de la pava, sazonándolos con sal, canela y pimienta.

A medio saltear se les añade un poco de vino rancio, removiendo de vez en cuando con la espumadera.

Una vez limpia interior y exteriormente la pava, se le sacan los tendones o nervios de los muslos, procurando dejarle bastante piel en el cuello; a continuación se le extrae el hueso que e forma de horquilla tiene en el buche, y luego el de las pechugas, con objeto de facilitar posteriormente, ya en la mesa, el trinchado de la pava.

Se espolvorea ligeramente, su interior, con sal y se rocía con un poco de vino rancio.

Acto seguido, el ave se rellena con la preparación descrita, teniendo la precaución de coser primeramente con bramante la abertura trasera, para que no se salga el relleno durante la cocción.

La operación del relleno se efectuará a través del buche, y una vez bien llena y prieta la pava se coserá con una aguja de bridar y con bramante fino la abertura del cuerpo; después, con la misma aguja, se sujetan los muslos y los alones, teniendo presente que en esta operación el cuerpo de la pava debe quedar perfectamente atado y en forma pronunciadamente abombada. Pínchese con la aguja ambas pechugas; se unta totalmente con manteca de cerdo el ave, espolvoreándola muy ligeramente con sal y envolviéndola en un papel de barba o de estraza previamente untado con manteca de cerdo y sujetando, también con bramante, el papel.

Póngase la pava a asar en el horno, en un recipiente hondo, una cacerola o grasera especial para asados; rocíese con manteca fundida y métase en el horno fuerte, aunque no en demasía.

Mientras se asa hay que darle vueltas varias veces y rociarla con el fondo de la cocción, añadiéndole en esta fase el vino rancio restante y algún cucharoncito de caldo, con el fin de formar un excelente jugo.



Momentos antes de dar por terminada la cocción, que oscilará entre una hora y hora y media, se quita el papel que envuelve al ave, para que se dore superficialmente. Por último, se desengrasa el jugo.

En el momento de enviarla a la mesa se quita a la pava el bramante, se coloca en una fuente ovalada caliente, y se presentará así a los comensales.

Cumplido este requisito se corta la pava por la mitad, a lo largo, se extrae el relleno y se coloca, en forma de montículo, en el centro de la fuente; se fraccionan los muslos en tres trozos y las pechugas se cortan a modo de escalopas o filetes, flanqueando todo ello al relleno.

Con una salsera de jugo, acompañada de una ensalada de lechuga o escarola y apio, sírvase lo más caliente posible al plato.

## PERDICES CON COLES A LA CATALANA

*4 personas*

4 perdices
200 gramos de carne magra de cerdo
1 trocito entero de butifarra catalana (para cortarlo, en su momento, en cuatro rodajas un poco gruesas)
4 lonchitas de tocino, entreverado, de unos cuatro centímetros de ancho por seis de largo
1 cebolla grande
1 zanahoria grande entera
2 o 3 tomates medianos maduros
1 atadillo de hierbas que contenga laurel, tomillo, orégano, un trozo de piel de naranja seca, un pequeño canutillo de canela, un diente de ajo y una ramita de perejil, todo ello formando un haz y atado con hilo fuerte
1 col, del país, grande o dos medianas
100 gramos de miga de pan blanco remojada en leche y luego exprimida
1 decilitro de aceite
80 gramos de manteca de cerdo
1 huevo
2 cucharadas grandes de harina
1 copita de aguardiente seco
1 vasito de vino rancio seco
nuez moscada
pimienta

Las perdices, una vez totalmente limpias, se sazonan interior y exteriormente con sal y se colocan en una cacerola o cazuela, con la manteca y las lonchitas de tocino, sobre el fuego. Al estar doradas –el tocino también–, se les añade la cebolla picada, la zanahoria entera pelada y el atadillo de hierbas; al empezar la cebolla a tomar color se le añaden los tomates a trozos, el aguardiente, el vino y la butifarra catalana; tápese la cacerola y déjese estofar suavemente todo, por espacio de veinticinco minutos.

Pasados éstos se espolvorea con un poco de harina que se deja rehogar y se moja con caldo o agua caliente, procurando que el líquido alcance a la mitad de la altura de las perdices. Cocción lenta y continuada.

En agua y sal y por espacio de 8 minutos se cuecen las hojas de col, escogidas sin tronchos y lavadas; luego se escurren y se extienden sobre la mesa, se espolvorean con un poco de sal y ralladuras de nuez moscada y se

hacen ocho paquetitos de forma alargada rellenos con la carne magra pasada por la máquina de trinchar, junto con la miga de pan a la que se habrá exprimido la leche, sazonada con sal y un poco de pimienta.

Estos paquetitos de col se pasan por harina y huevo batido, y se fríen en aceite, hasta que queden doraditos.

En otra cazuela de tierra –la misma que se servirá a la mesa–, que no sea demasiado honda, se colocan las perdices enteras o cortadas, que deberán estar casi cocidas; a los lados se les pone los paquetitos de col, y entre las perdices o sobre los paquetitos de col se colocan de forma alternada las cuatro lonchitas de tocino y cuatro rodajas de butifarra catalana; la zanahoria se corta en rodajitas y también se coloca por encima, lo que dará una nota de color.

Cúbrase todo con la salsa o jugo de la cocción, rectificado de sal y pasado por un colador fino, de modo que cubra exactamente perdices y paquetitos; tápese la cazuela y déjese estofar lentamente unos minutos más, hasta que las perdices estén totalmente cocidas.

En la misma cazuela, puesta en bandeja, o en una fuente con servilleta, sírvase a la mesa.

## PATO RELLENO CON MANZANAS

*6-7 personas*

| | |
|---|---|
| 1 pato de 1.800 gramos a 2 kilos | 1/4 de litro de vino rancio seco |
| 100 gramos de carne magra de cerdo | 1 vasito de Malvasía |
| 200 gramos de carne magra de ternera | canela en polvo |
| | pimienta molida |
| 100 gramos de jamón | nuez moscada |
| 8 manzanas reinetas grandecitas | sal |
| 100 gramos de miga de pan blanco | caldo |
| 1 huevo | 125 gramos de manteca de cerdo |

Al pato, una vez limpio totalmente, se le saca el hueso de las pechugas y parte de las grasas que pueda tener, se le cose el orificio posterior, con el fin de que no se salga el relleno. Se rocía interiormente con un poco de Malvasía y se espolvorea con sal.

En este punto se procede a rellenarlo por el buche, con la siguiente farsa.

Se pasa dos veces por la máquina de triturar, las carnes de cerdo y de ternera y el jamón, junto con la miga de pan remojada previamente en leche y escurrida o exprimida.

La farsa resultante se sazona con sal, canela, pimienta, ralladuras de nuez moscada, el huevo batido y parte de la Malvasía; mézclese bien y añádasele la mitad de las manzanas peladas y cortadas en dados algo gruesos.

Una vez mezclado farsa y manzanas, rellénese el pato por el buche, procurando darle su forma primitiva y recogiendo la piel del buche, con el fin de sujetar la farsa, para lo cual se habrá dejado algo larga la piel al limpiarlo;



se cose se embrida para darle bonita forma, se espolvorea con sal, se envuelve en papel de barba untado con manteca, se ata con bramante, como si fuera una galantina, y se pone a asar en una grasera o tartera, con manteca por encima, a horno algo fuerte.

Mientras se va asando, se le da vueltas varias veces, rociando todo con el fondo formado en la grasera. A medio asar se quita el papel que le envuelve, con el fin de que todo el pavo le dore superficialmente. Se rocía con el vino rancio y algún cucharoncito de caldo, para formar un excelente jugo.

Una vez asado y bien doradito se retira de la grasera y se envuelve en el papel que le pusimos al asarlo y que habremos conservado en sitio caliente, hasta el momento de enviar el plato a la mesa. El jugo que acompañará al pato se elabora así:

Se escurre casi toda la grasa de la grasera en la que se ha asado, se pone ésta sobre el fuego y cuando empiece a chirriar se añaden uno o dos cucharones de caldo, se deja hervir unos minutos y se pasa por un colador fino.

Las manzanas restantes, una vez peladas, se dividen en seis u ocho trozos cada una, a los que se quita el centro y las pepitas; se saltean o fríen en la sartén, con parte de la grasa del pato reservada; una vez bien fritos se les añade la Malvasía restante y un poco del jugo del pato, dejándolos cocer en este jugo unos minutos y procurando que no se deshagan.

En el momento de enviar nuestro plato a la mesa se quita el bramante al pato y se coloca éste en el centro de la fuente entero o cortado.

A los lados del ave se colocan las manzanas salteadas y se rocía todo con el jugo bien caliente.

## CAZUELA DE PESCADOS Y MARISCOS A LA CATALANA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 4 trozos de rape | 1 hoja de laurel |
| 4 trozos de mero o polla, lubina, etcétera | 1 copa de jerez seco |
| | 1 copita de coñac o ron |
| 4 trozos de pescadilla gruesa o merluza | 2 decilitros de aceite |
| | 2 dientes de aceite |
| 4 langostinos o gambas | 2 dientes de ajo |
| 4 cigalas | unas hebras de azafrán |
| 24 mejillones | 6 almendras tostadas peladas |
| 1 cebolla grande | 2 galletas María |
| 3 tomates grandecitos maduros | 1 limón |
| 8 costrones de pan cortados en forma triangular y fritos | perejil |
| | pimienta |

En una sartén puesta al fuego, con el aceite, se empieza por freír los calamares cortados en forma de anillos y cuando empiezan a dorarse se les añade la cebolla picada, que se deja también freír, y ya en este punto se

adicionan los tomates pelados, sin semillas y picados; déjese freír todo a fuego vivo y échese luego el jerez y el coñac, que deberán consumirse, para terminar volcando todo este sofrito en una cacerola o cazuela, poco honda, de tierra barnizada. En este mismo recipiente puede servirse a la mesa. Aparte, en la sartén con el resto del aceite, se saltean a fuego vivo los pescados y mariscos, previamente sazonados con sal y un poco de pimienta. Los mejillones se hierven en un poco de agua, con el fin de que se abran y poder desprenderles una de las dos valvas, es decir, la que no contenga el molusco. A medida que se frían se irán colocando en la cazuela donde se tiene el sofrito, procurando no amontonarlos. Una vez colocado pescado y marisco –a los langostinos y cigalas se les monda las colas, dejándoles las cabezas– en la cazuela, se vierte un poco de caldo o sencillamente agua (y si se dispone de un poco de salsa de tomate, tanto mejor) en la sartén; se le da unos hervores y se echa en la cazuela. La salsa deberá ser más bien corta, sin cubrir los ingredientes del plato. Déjese que el conjunto continúe rehogándose unos 15 minutos más. Mientras, en un pequeño mortero se machaca el azafrán, los ajos pelados, unas hojas de perejil, las almendras y las galletas; se maja bien todo, hasta obtener una pasta finísima que se diluye con un poco de la salsa de la cazuela y se reparte en seguida por encima de los pescados y mariscos. Póngase la cazuela, a fuego regular, en el horno, donde terminará su cocción definitiva.

Antes de servirla se le retira la hoja de laurel, se rocía con el zumo de limón, se espolvorea con perejil picado y con los costrones de pan fritos, se guarnecen los bordes. Colóquese la cazuela en una bandeja o fuente redonda cubierta con una servilleta o blonda de papel. Sírvase bien caliente.

Nota: las zarzuelas pueden ser más o menos abundantes, y es discrecional la adición o mayor variedad de pescados y mariscos, incluyendo la langosta. Tanto por su sencillez como por su categoría de gran plato es preciso tener en cuenta si está destinada a una minuta corriente o a otra, más esmerada, propia para festividades o banquetes.

## CONEJO CON CARACOLES

*4 personas*

1.100 gramos de conejo tierno
7 u 8 docenas de caracoles cocidos previamente
1 cebolla grande
3 tomates medianos maduros
2 decilitros de aceite
1 vaso de vino rancio seco
1 copita de anís seco
un poco de harina
1 ajo grandecito
1 atadillo de hierbas compuesto de laurel, tomillo, orégano, un trozo de piel de naranja seca y un pequeño canutillo de canela, todo bien atado con hilo fuerte
12 piñones y 8 almendras tostadas y peladas
1 sequillo o 2 galletas María
perejil
pimienta molida



Una vez limpio, el conejo se corta en diez o doce trozos que se espolvorean con sal y un poco de pimienta –el hígado del conejo lo reservaremos para la picada–, se pasan por harina y se fríen en la cazuela.

A medio freír se les añade la cebolla picada y el atadillo de hierbas. Cuando esté dorada la cebolla, se le incorpora el tomate pelado, sin semillas y picado.

Remuévase con la espumadera y, al quedar el tomate frito también se echa el vino y el anís; tápese la cazuela, hasta que el vino haya reducido en parte, y en este preciso momento el conejo se moja con caldo o agua caliente, de manera que cubra totalmente los trozos. Cocción lenta, con la cazuela tapada, por espacio de unos veinte minutos.

En el mortero se machacan el azafrán, el ajo, el sequillo, los piñones, las almendras y unas hojas de perejil; al estar todo bien machacado y transformado en una finísima pasta se le agrega el hígado del conejo frito, que también se machaca; se diluye con un poco de la salsa del conejo y se echa en la cazuela, junto con los caracoles bien escurridos.

Rectifíquese de sal y pimienta y déjese cocer lentamente unos 15 minutos más, tiempo suficiente para que nuestro lepórido esté tierno y a punto. En el momento de servirlo a la mesa se le retira el atadillo de hierbas, se espolvorea un poco con perejil picado y se presenta en la misma cazuela.

## SOPA DE RAPE

*4 personas*

250 gramos de rape en un trozo
400 gramos de cabeza de rape
1 cebolla mediana
2 tomates grandes maduros o, en su lugar, 4 cucharadas de puré de tomate
2 dientes de ajo
125 gramos de rebanadas delgadas de pan ligeramente tostadas (también pueden emplearse sin tostar)
1 decilitro de aceite
6 almendras y 6 avellanas tostadas y peladas
unas hebras de azafrán seco
1 trocito de apio
laurel, tomillo y orégano
canela en polvo
pimienta

En una olla con un litro y medio de agua se pone a hervir la cabeza del rape, con el apio, laurel, tomillo y orégano. Cocción: 20 minutos.

El trozo de rape se corta en crudo, en dados que se sazonan con sal y se saltean en una sartén con la mitad del aceite. Una vez fritos, se reservan para incorporarlos a la sopa a su debido tiempo.

En una cacerola algo honda se fríe, con el resto del aceite, la cebolla bien picada y uno de los ajos, también picado; al empezar a dorarse se le echa el tomate pelado, sin semillas y bien picado.

Al quedar estos ingredientes bien fritos se les añade el pan y el caldo hecho, con la cabeza de rape, pasado por el colador. Ebullición lenta, batiendo nuestra sopa con el batidor, para que se deshaga el pan y quede lo más fina posible.

En el mortero se machaca el azafrán, el ajo que nos queda y las almendras y avellanas, hasta reducirlo todo a una pasta finísima, que se disuelve con un cucharoncito de la sopa que tenemos hirviendo y se vierte en la misma que tenemos en la cacerola.

También se le añade el rape que se ha salteado previamente en la sartén; rectifíquese de sal y agréguese un poco de pimienta y canela, quedando así nuestra sopa en disposición de servirla a la mesa, después de unos 10 minutos más de ebullición.

No debe resultar clara ni demasiado espesa.

## ARROZ CON CONEJO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 400 gramos de conejo | 2 tomates medianos maduros o, |
| 2 alcachofas grandes | en su lugar, 4 cucharadas |
| 100 gramos de guisantes | de puré de tomate |
| 400 gramos de arroz | 1 decilitro de aceite |
| 1 diente grandecito de ajo | perejil |
| 1 cebolla mediana | pimienta |

Se quita a las alcachofas las hojas más duras y las puntas, se corta cada una en cuatro u ocho trozos y se hierven en agua unos minutos.

El conejo se corta a trocitos, que se sazonan con sal y se echan en una cazuela de tierra barnizada, no demasiado alta, puesta sobre el fuego, con el aceite, hasta que los trocitos queden fritos; entonces se les añade la cebolla picada y una vez ésta quede dorada se le agrega el tomate, los guisantes y las alcachofas blanqueadas.

Se rehoga todo junto hasta que el tomate empiece a freírse y se moja con 1/4 de litro de agua.

Cocción lenta, con el fin de que el conejo, los guisantes y las alcachofas se cuezan.

Unos 30 minutos antes de enviar nuestro plato a la mesa, se echa el arroz en la cazuela, se le da unas vueltas, removiéndolo con la espumadera, y se moja con caldo o agua caliente –doble cantidad de líquido que de arroz–. Ebullición fuerte, al principio.

Rectifíquese de sal, póngase un poco de pimienta y añádasele el azafrán y el ajo, machacados en el mortero y disueltos con un poco del mismo caldo del arroz.

A medida que avance la cocción del arroz se amortiguará la intensidad del fuego. A los 15 minutos retírese la cazuela del fuego y déjese reposar 5 minutos más; transcurridos éstos, y tras echarle por encima un poco de perejil picado, sírvase a la mesa.



## BUÑUELOS DE BACALAO

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 200 gramos de bacalao grueso | 1 taza, de las de café, de aceite |
| 1 patata mediana | 2 limones |
| 3 huevos | aceite para freír los buñuelos |
| 200 gramos de harina | perejil |
| 1 diente de ajo | pimienta molida |
| 1 hoja de laurel | sal |

El bacalao previamente desalado y cortado en tres trozos se pone a hervir, en un cazo casi lleno de agua, junto con la hoja de laurel y la patata cortada a trozos. Cocción: unos 10 minutos.

En una cacerola puesta sobre el fuego echaremos un cuarto de litro de agua y aceite en cantidad equivalente a una taza de café; al romper el hervor le añadiremos la harina, a ser posible pasada por el cedazo, batiéndola cuidadosamente con una espátula de madera, con el fin de que no se formen grumos y la masa quede fina; esta masa espesa se deja secar unos minutos sobre el fuego; a continuación se retira y, sin parar de removerla con la espátula, se le añaden los huevos, uno a uno.

En el mortero se machacará el ajo y luego se echará el bacalao desfoliado, sin espinas ni pieles, y junto con la patata se machacará hasta obtener una pasta fina que se mezclará a la masa ya preparada en la cacerola; por último, se sazonará con un poquito de pimienta y perejil y lo trabajaremos unos minutos.

En una sartén se fríen, con aceite abundante, los buñuelos, es decir, tomando con una cuchara pequeña fragmentos de la masa y echándolos en la fritura, caliente pero no excesivamente, con el fin de que se vayan formando los buñuelos y queden doraditos.

Una vez fritos y, tras escurrir el aceite, se colocan en una fuente recubierta de papel, se les adorna con perejil frito y con tantos trozos de limón como comensales haya, y se sirven acompañados por una salsera con salsa de tomate.

## LANGOSTA A LA PARRILLA CON TRES SALSAS

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 2 langostas vivas de 700 | 3 limones |
| a 800 gramos cada una | 4 pepinillos grandes |
| 1 decilitro de aceite | perejil |
| 1 copita de coñac | pimienta molida |
| 2 o 4 huevos duros | sal |

Las langostas en vivo se cortan por la mitad, a lo largo, y se les quita el cordón negro que tienen en la cola (el intestino), así como el estómago, que se

halla en el caparazón; se sazonan con sal, pimienta molida, unas gotas de zumo de limón, unas gotas de coñac y un ligero goteado de aceite. Se ponen con el lado del caparazón, sobre las parrillas preparadas al efecto y se asan en ellas.

Al estar la carne algo consistente, se vuelven de lado con el solo objeto de que ésta sea marcada con el hierro de las parrillas, y después se devuelve a las langostas la postura que tenían en un principio, pintándolas varias veces, con un pincelito, con una mezcla de aceite, zumo de limón, coñac, sal y pimienta, hasta que queden totalmente asadas. Se colocan, para servirlas, en una fuente con servilleta y se adornan o guarnecen con los huevos duros cortados o cuartos, los pepinillos en forma de abanico, hojas de perejil frescas y un trozo de limón por cada comensal.

También pueden guarnecerse con alguna hortaliza del tiempo, como berenjenas, calabacines o alcachofas fritas, o bien patatas al vapor o pimientos y berenjenas asados, pelados, cortados a tiras y sazonados con sal, un poco de pimienta, aceite y vinagre, y servidos aparte en una fuentecita.

Con las langostas, se sirve, en salseras, romesco, mahonesa, vinagreta u otras salsas.

## POLLO EN SAMFAINA A LA CATALANA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 pollo de 1.200 gramos | 1 vasito de vino blanco |
| 200 gramos de jamón cortado en cuadritos | 2 decilitros de aceite o 200 gramos de manteca de cerdo |
| 300 gramos de pimientos (a ser posible, uno verde y el otro encarnado) asados pelados, libres de semillas y cortados en trozos cuadrados | 1 hoja de laurel |
| | 8 costrones de pan de molde cortados en forma triangular, algo grandes y fritos |
| | pimienta molida |
| 400 gramos de tomates maduros, pelados, despojados de semillas y picados | 300 gramos de cebolla |
| | 300 gramos de calabacín |
| | 300 gramos de berenjena |
| 1 diente de ajo | sal |

Una vez limpio, el pollo se corta en ocho trozos, que se espolvorean ligeramente con sal y un poco de pimienta, y en una cacerola o cazuela de tierra, ancha, puesta, con aceite, sobre el fuego, se doran; cuando están dorados se añade el jamón, la cebolla cortada en tiras algo largas y delgadas y el ajo picado. Continúese rehogando todo junto, removiéndolo con la espumadera hasta que la cebolla quede doradita; en este punto se agrega el tomate picado, que se dejará freír, y seguidamente se añade el vino, tapando la cacerola, con el fin de que reduzca; añádase un cucharoncito de caldo o agua caliente, prolónguese la cocción del guiso, a fuego muy suave.

Mientras tanto, en una sartén se fríen con el resto del aceite las berenjenas y calabacines pelados y cortados en rajitas algo gruesas, o bien en trozos,



largos y estrechos como taquitos, previamente sazonados con sal; cuando estén dorados se agregan al guiso del pollo, añadiendo también los pimientos troceados. Debe resultar una salsa más bien corta.

Si se dispone de alguna salsa de tomate o jugo de asados puede agregarse al guiso, en la seguridad de que resultará más apetitoso. Rectifíquese de sal y pimienta. Cocción suave hasta que el pollo esté totalmente tierno.

Antes de servirlos se ponen, en fuente redonda u ovalada caliente, los trozos del pollo, se les quita la hoja de laurel, y se les cubre totalmente con la *samfaina* y su salsa.

## PIES DE CERDO CON PIÑONES Y GUISANTES

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 2 pies de cerdo de 500 gramos cada uno | 1 vasito de vino rancio seco |
| | 1 cucharada rasa de harina |
| 80 gramos de manteca de cerdo | 1 diente de ajo |
| 250 gramos de guisantes ya cocidos | 2 hojas de laurel |
| 30 gramos de piñones pelados | 1 «borrego» de Cardedeu o 2 galletas María |
| 1 cebolla mediana | |
| 2 tomates maduros grandecitos, pelados, sin semillas y picados, o bien puré de tomate | unas hebras de azafrán |
| | perejil |
| | sal |

Los pies de cerdo, una vez soflamados y totalmente limpios, se parten por la mitad, a lo largo, se les pone media hoja de laurel y se atan con bramante; se cocerán bien cubiertos de agua, con algún trozo de cebolla, apio, zanahoria, un atadillo de hierbas y unos granos de pimienta y sal.

Cocción lenta y continuada hasta quedar totalmente tiernos; si durante la cocción se quedasen algo faltos de agua, se les añadirá agua caliente hasta cubrirlos, procurando que no cese la ebullición.

En una cacerola o cazuela de tierra barnizada puesta al fuego se fríe con la manteca la cebolla muy picada junto con la hoja de laurel.

Al empezar a dorarse se le añade el tomate, que se deja freír también, y una vez frito se le echa el vino, que se deja reducir unos minutos; espolvoréese con la harina que se rehogará un poco, mojándose por último con caldo de los pies de cerdo cocidos, en cantidad suficiente para que una vez los pies en la salsa ésta los cubra justamente. Cocción lenta.

Una vez cocidos los pies se les quita el bramante y el laurel, y se ponen en la cazuela con la salsa los guisantes y los piñones, dejándose cocer suavemente, con la cacerola tapada, mientras se hace la picada siguiente: se empieza por machacar en el mortero el azafrán, el ajo y unas hojitas de perejil; cuando todo esté bien triturado se le añade el «borrego» o las galletas, reduciéndolo a una finísima pasta, a la que se echa unas gotas de aceite y se diluye con un poco de la salsa de los pies, repartiéndola por encima de éstos.

Rectifíquese de sal y pimienta (si se desea). 10 minutos más de cocción y se retiran del fuego. Echéseles por encima un poco de perejil picado. Debe quedar una salsita más bien justa que abundante.

Sírvanse en fuente o en la misma cazuela de tierra.

POLLO CON LANGOSTA

*4 personas*

1 pollo de 1.100 gramos
1 langosta viva de 1 kilo
1 cebolla grande
3 o 4 tomates medianos maduros
1 atadillo de hierbas que contenga laurel, tomillo, orégano, unas colas de puerro y de perejil y un trocito de piel de naranja seca, todo bien atado con hilo fuerte o con bramante
1 vaso de vino rancio
1 copita de aguardiente seco
30 gramos de chocolate
30 gramos de almendras y avellanas tostadas y peladas
1 cucharadita de harina
unas hebras de azafrán seco
1 decilitro de aceite
80 gramos de manteca
8 costrones de pan cortados en forma triangular, algo grandes y fritos
canela en polvo
pimienta molida
perejil
1 ajo grandecito

El pollo se corta en ocho o diez trozos, que se espolvorean con sal, pimienta y un poco de canela y se ponen a rehogar junto con el hígado del animal, en una cazuela de tierra no demasiado honda o en una cacerola que tendremos sobre el fuego, con manteca y aceite a partes iguales.

Al quedar dorado todo se añade la cebolla picada y el atadillo de hierbas. Se remueve con la espumadera y una vez empieza a tomar color la cebolla se agregan los tomates pelados, sin semillas y picados; déjese freír hasta que el tomate pierda su acuosidad y échese el vino y el aguardiente.

Tápese la cazuela, con el fin de que el vino se reduzca a la mitad; espolvoréese con la harina, que se deja rehogar un poco, y seguidamente mójese con caldo o agua caliente que cubra bien los trozos de pollo. Cocción lenta y continuada.

Al estar medio cocido se le añade la langosta cortada en vivo en ocho trozos, y reservando su hígado y su sangre y salteándola, a fuego activo, con aceite; una vez la carne esté algo consistente se echa a la cazuela, junto al pollo.

En el mortero se machacan el azafrán, el ajo, las almendras y avellanas, el hígado del pollo frito y el de la langosta y, una vez convertido todo en una pasta finísima, se añade el chocolate reblandecido en la estufa de la cocina o en polvo; este majado se diluye con la sangre, es decir, la agüilla que al ser cortada suelta la langosta, y con salsa del pollo y se echa en la cazuela donde éste y la langosta se están cociendo.

Rectifíquese de sal y pimienta. No debe resultar con salsa en exceso, y una vez en su punto, se saca el atadillo de hierbas y se sirve a la mesa, en la



misma cazuela, con los costrones de pan recién fritos, por alrededor, y un poco de perejil picado, por encima. Ahora bien, para presentar nuestro plato en ciertas mesas, aconsejo trasladar los trozos de pollo y langosta a una fuente o timbal grande de metal apropiada y previamente calentada.

Incluso pueden extraerse de su caparazón los trozos de la langosta, reservando la cabeza, que se colocará en el centro de la fuente; salséese totalmente con la salsa pasada por el colador chino y, por los lados, colóquense los costrones de pan fritos alternados con las patas de la langosta. Sírvase siempre bien caliente.

Nota: este plato también es conocido con las denominaciones de *mar i pins, mar i terra, aigua blava* y *costa brava.*

CREMA DE SAN JOSÉ

*6 personas*

1 litro de leche
6 yemas de huevo
150 gramos de azúcar
25 gramos de almidón flor
1 canutillo pequeño de canela
la piel delgada de un pequeño limón

En un perolito o recipiente hondo se baten las yemas junto con el azúcar. Del litro de leche se toma una taza y en ella se disuelve el almidón; el resto de la leche junto con la piel de limón y el canutillo de canela se pone, en un cazo, al fuego, hasta que hierva. Una vez haya hervido se vierte, a través de un colador, en el perolito que contiene las yemas y el azúcar, añadiéndole en seguida el almidón diluido en la taza de leche reservada. Remuévase y mézclese bien.

Acérquese el perolito al fuego y remuévase la crema, continuadamente, con la espátula o batidor. Cuando esté a punto de ebullición, se separa del fuego y se vierte en una fuente, a través de un colador fino.

Al quedar totalmente fría se esparce por su superficie una capa de azúcar molido y se tuesta, aplicándole encima una pala especial o un hierro calentado al rojo vivo, hasta que el azúcar se carameliza, formando una capa sólida y de color tostado.

Es de bonito efecto adornarla con chantilly –nata montada con azúcar lustre– y algunas galletas finas, o bizcochos (melindros).

ARROZ PARELLADA

*6 personas*

1 pollo y medio pequeños (para que sean tiernos), cortados a cuartos y totalmente deshuesados; partido cada cuarto por la mitad, de modo que haya doce pedazos de pollo, dos por comensal
200 gramos de lomo de cerdo, en seis pedazos iguales

6 salchichas de tamaño mediano
6 langostinos, o gambas grandes, pelados
200 gramos de calamares limpios cortados en arandelas
24 mejillones grandes cocidos y extraídos de sus valvas
6 trocitos de rape, sin hueso
6 trozos más de otra clase de pescado duro, como corvina, lubina, mero, etc., desespinado
4 alcachofas medianas con las puntas cortadas, separadas las hojas duras y dividida cada una en ocho pedazos a los que se les pondrá un poco de zumo de limón, para que no se ennegrezcan
100 gramos de guisantes cocidos
4 pimientos morrones, de los que se cortarán doce triángulos iguales y el resto en cuadritos
unas hebras de azafrán ligeramente tostado
2 dientes de ajo
200 gramos de cebolla picada
200 gramos de tomates pelados y picados, o puré de tomate
2 decilitros de aceite
1 cucharada grande de manteca de cerdo
400 gramos de arroz
un poco de perejil picado
caldo, o simplemente agua caliente, para mojar el arroz, cuidando de que la cantidad de caldo sea doble que la de arroz

En una paella puesta al fuego, con el aceite y manteca calientes, se fríen, hasta dejarlos doraditos, los trozos de pollo, el lomo y los calamares ligeramente espolvoreados con sal; ya fritos se les añade la cebolla y las alcachofas, terminándose de freír todo, para añadir, por último, el tomate; rehóguese y añádasele un cucharón de caldo, dejándolo cocer todo unos diez minutos.

Media hora antes de servir nuestro arroz póngase la paella a fuego vivo y échesele el arroz, los guisantes, los cuadritos de pimiento morrón y el caldo o agua hirviendo. En el mortero el azafrán se habrá machacado junto con los ajos, que se diluyen en un poco de caldo de la paella, adicionándolo seguidamente al conjunto. Se revuelve el arroz y a continuación se colocan encima los trozos de pescado y langostinos, que anteriormente se habrán sazonado con sal y salteados con un poco de aceite, añadiendo también la grasilla sobrante de la sartén; por último, se ponen los mejillones, las salchichas y los triángulos de pimiento morrón, colocados con toda la simetría posible; se rectifica de sal y se termina de cocer en el horno, retirándolo ya sequito.

Una vez listo se espolvorea con un poco de perejil picado, colocando la paella sobre una bandeja cubierta con una servilleta o, mejor, con hojas de lechuga o de vid.

La característica de este arroz es que no lleva ni huesos ni espinas.

## ARROZ CON PESCADO A LA CATALANA

*4 personas*
150 gramos de calamares
200 gramos de rape en ocho trozos
4 trocitos de congrio
4 langostinos o gambas
24 mejillones o almejas
1 decilitro de aceite
1 cebolla mediana
2 tomates grandes maduros o bien puré de tomate
4 cucharadas de guisantes cocidos
1 pimiento morrón grande
400 gramos de arroz
1 ajo
unas hebras de azafrán seco
perejil
sal

Los mejillones se ponen, en agua fría, al fuego y se cuecen hasta que se hayan abierto; entonces se les quita la valva vacía, y se reserva el caldo, que se añadirá al arroz después de pasarlo por un colador fino. A los langostinos se les pelarán las colas en crudo, dejándoles las cabezas.

En una cazuela de barro ancha y baja se empieza por freír en el aceite los calamares limpios y cortados en arandelas; al empezar a tomar color se les añade la cebolla picada; se remueve con la espumadera y al quedar dorada la cebolla se le agrega el tomate pelado, sin semillas y picado, que también se hace freír.

En este punto, se añaden, por este mismo orden, los trozos de rape y de congrio, más los langostinos; se rehoga todo un poco, removiéndolo con la espumadera y procurando no romper los trozos de pescado; seguidamente se echa el arroz, al que se da unas vueltas en la cazuela y se moja con caldo de pescado o con agua caliente simplemente (doble cantidad de líquido que de arroz).

Cocción al principio algo fuerte. Añádase, mientras cuece, el pimiento morrón a cuadritos, los guisantes, los mejillones y la picada de azafrán y ajo que se hará en el mortero y se disolverá con un poco del caldo del arroz. Rectifíquese de sal y con un punto de pimienta (si se desea). A medida que aumente el tiempo de cocción del arroz, rebájense las calorías del combustible.

A los 15 minutos retírese del fuego la cazuela, échesele por encima un poco de perejil picado, déjesele reposar unos 5 minutos y pasados éstos puede servirse, en la misma cazuela, a la mesa.

## HABAS A LA CATALANA

*6 personas*
5 kilos de habas
300 gramos de butifarra negra especial para habas, en un trozo
1 trozo de tocino entreverado, de forma rectangular, de unos 4 centímetros de ancho por 5 o 6 de largo, aproximadamente, para una vez cocidas las habas cortar de este trozo 6 u 8 lonchas
80 gramos de tocino entreverado cortado en forma de palitos largos y estrechos *(llardons)*
2 cucharadas de manteca
1 cebolla grande picada
2 dientes de ajo picados
3 tomates medianos maduros, pelados, sin semillas y picados
1 vasito de vino rancio
1 copita de anís seco
1 atadillo de hierbas compuesto de tomillo, laurel, romero, menta y un canutillo pequeño

de canela, todo bien atado
con un fino bramante
1/2 cucharadita de azúcar
perejil
pimienta molida
sal

En una cacerola u olla con manteca, puesta sobre el fuego, se empieza por freír el trozo rectangular de tocino, por todos los lados, hasta que quede bien frito; en este punto se saca de la cacerola y se echan los bastoncitos *(llardons)* de tocino, que se dejan freír un poco, para echar a continuación la cebolla, los ajos y el atadillo de hierbas.

Cuando la cebolla empieza a tomar color se le agrega el tomate, que se deja rehogar un poco, para incorporarle acto seguido las habas desgranadas; tápese la cacerola y déjense también rehogar un poco las habas; seguidamente se le echa el vino rancio, el anís, el trozo de tocino frito y la butifarra, sazonando con sal, un poco de pimienta y el azúcar, agregando unos cucharoncitos de caldo, hasta cubrir las habas. Se tapa la cacerola, poniendo un papel de barba o estraza bajo la tapadera, y se dejan cocer suavemente. Minutos antes de terminar la cocción se saca la butifarra (con el fin de que no se deshaga); las habas deben seguir cociéndose hasta que estén tiernas.

Antes de servirlas se retira de la cacerola el atadillo de hierbas. Las habas se vuelcan en una fuente honda o legumbrera, y por encima se dispone la butifarra, cortada en 6 u 8 trozos, alternada con otros 6 u 8 trozos del tocino entreverado, con el que hemos comenzado nuestra receta.

Finalmente, se esparce por encima de las habas un poquito de perejil picado y se sirven bien calientes.

## LANGOSTA A LA CATALANA

*4 personas*

2 langostas de 700 gramos cada una o una langosta de 1.500 gramos
300 gramos de cebolla
2 dientes de ajo
1 atadillo de hierbas que contenga laurel, tomillo, orégano, un trozo de piel seca de naranja
10 almendras y 10 avellanas tostadas y peladas
1 decilitro y medio de aceite
2 o 3 sequillos (bizcocho seco)
unas hebras de azafrán ligeramente tostado
1 cucharadita de pimentón
40 gramos de chocolate
perejil
pimienta molida de la mejor
sal

Las langostas se escogen vivas, se empieza por cortarles las patas y seguidamente se dividen en trozos de tamaño regular; las cabezas se cortan por la mitad, se les extrae la bolsa del estómago y se reserva el hígado y la sangre (que es el agüilla que sueltan). Estos trozos se sazonan con sal y pimienta.

En el mortero o almirez grande se empieza por machacar el azafrán, luego los ajos, el pimentón, las almendras y avellanas, unas hojas de perejil frescas, los sequillos, el hígado, la sangre de las langostas y, por último, el



chocolate; una vez reducido todo a una pasta finísima, se diluye en medio litro de caldo.

En una cacerola grande con aceite, puesta sobre fuego vivo, se echan los trozos de langosta y, a medida que la carne se va volviendo consistente, se revuelven con la espumadera y se les añade la cebolla picadísima y el atadillo de hierbas.

Cuando la cebolla empieza a dorarse se añade la picada que estará ya preparada; se tapa la cacerola, y se procede a la cocción, por espacio de 15 minutos, en el horno. Pasados éstos se rectifica de sal y pimienta –debe tener un punto de picante–, quedando lista ya nuestra langosta.

Para enviarla a la mesa se ponen en un timbal o fuente los trozos de las langostas; encima, las medias cabezas, las patas alrededor, y se salsea con su salsa, que deberá ser algo espesita y de la que se retirará el atadillo de hierbas. Un poco de perejil picado, por encima. Sírvase bien caliente y recién hecha.

Nota: si se desea, la salsa de la langosta puede pasarse por el colador chino y también puede guarnecerse, una vez en el timbal o fuente, con costrones de pan, de forma triangular, recién fritos y ligeramente frotados con ajo; también nuestro plato puede guisarse en cazuela de tierra y servirlo en este mismo recipiente.

## FIDEOS A LA CAZUELA

*4 personas*

500 gramos de fideos del molde núm. 9
300 gramos de puntas de chuletas de cerdo o, en su lugar, lomo o carne magra de cerdo
4 salchichas
100 gramos de guisantes desgranados y cocidos
200 gramos de cebolla
200 gramos de tomates maduros
1 diente de ajo
unas hebras de azafrán seco
8 almendras tostadas y peladas
2 galletas María
1 vasito de vino blanco
80 gramos de manteca de cerdo o aceite
1 hoja de laurel
perejil
pimienta

En una cazuela de barro, ancha y no demasiado alta, puesta sobre el fuego, se empieza por freír con la manteca las puntas de chuletas, cortadas a trozos pequeños y espolvoreadas con sal. Una vez fritas se les añade la cebolla bien picada, la hoja de laurel y las salchichas cortadas por la mitad.

Déjese freír todo hasta que la cebolla esté dorada y entonces se le añaden los tomates pelados, sin semillas y picados –o, en su lugar, puré de tomate–. Continúese friendo hasta que el tomate se desprenda del aceite y adiciónesele el vino, dejándolo reducir. A continuación, se moja con un litro de agua caliente y se deja cocer suavemente por espacio de media hora.

Veinticinco minutos antes, aproximadamente, de enviar nuestro plato a la mesa, se le agregan los fideos algo triturados y, si es preciso, un poco más

de caldo o agua caliente calculando que una vez cocidos los fideos no deben resultar ni muy caldosos ni tampoco secos. Háganse cocer suavemente.

Mientras, en el mortero se machacan el azafrán, el ajo, unas hojas de perejil, las almendras y las galletas, todo por este orden, hasta formar una pasta bien fina que se diluye con un poco de caldo de los fideos y después, se incorpora a éstos así como también los guisantes cocidos. Rectifíquese de sal y pimienta, desechando la hoja de laurel. Sírvanse a la mesa en la misma cazuela puesta en una fuente o bandeja con servilleta. Écheseles un poco de perejil picado por encima.

Nota: a estos fideos también se les puede añadir trocitos de pollo, en cuyo caso se reduce la cantidad de puntas de chuleta o lomo de cerdo.

## BUÑUELOS DEL AMPURDÁN

*4-6 personas*

400 gramos de harina
3 huevos
50 gramos de mantequilla
150 gramos de azúcar fino
15 gramos de levadura prensada
la piel, rallada, de un limón
1/2 vaso pequeño de leche templada
10 gramos de matalahúva y 10 gramos de cilantro, molidas ambas plantas aromáticas
un poco de canela en polvo
un poquito de sal
aceite fino para freír
azúcar lustre

Preparación de la levadura: sobre el mármol, o en un recipiente adecuado, se ponen 100 gramos de harina, y se hace un hoyito en su centro, en el que se echan la levadura desmenuzada y la leche. Se mezcla bien, se forma una bola que se cubre con un pañito y se pone en un sitio templado, con el fin de que aumente el doble de su volumen.

En un barreñito se echan 250 gramos de harina, 150 gramos de azúcar, los huevos batidos, el limón rallado, los aromatizantes (matalahúva, cilantro y canela) y un poquito de sal. Incorpórense bien estos ingredientes, trabajando la pasta hasta que quede fina. Ya en este punto se le añaden la mantequilla y la levadura y se mezcla bien; debe resultar una masa blanda, seca y fina al tacto.

Tápese el barreñito, con el paño, para que el aire no seque la pasta superficialmente y déjese reposar, por espacio de unas ocho horas, en sitio templado.

Para marcar y freír nuestros buñuelos, échese la masa, sobre la mesa o mármol, ligeramente espolvoreada con harina, dándole forma de cilindro y divídase en trozos a los que se les dará forma alargada, de 1 centímetro de espesor por unos 9 de largo; luego, se juntan las dos puntas, formando una rosquilla, y se fríen los buñuelos, en aceite algo abundante y no excesivamente caliente, volviéndolos a medida que se van dorando por el primer lado.

Una vez fritos, se escurren y se pasan por azúcar fino o bien se espolvorean con azúcar lustre.



Preséntense, a la mesa, en una bandejita con servilleta; pueden servirse fríos o calientes. Otro sistema para marcar los buñuelos consiste en tomar con las manos untadas con un poco de aceite, fragmentos de pasta de unos 20 gramos, que se ensanchan con los dedos y, en su centro, con el dedo pulgar se les hace el agujero que les da forma de rosquilla; hecho esto, se les echa en la fritura.

## ESCUDELLA I CARN D'OLLA CATALANA

*6 personas*

500 gramos de carne de buey o ternera
1/2 gallina
150 gramos de tocino
200 gramos de oreja de cerdo
1 pie de cerdo
100 gramos de carne magra de cerdo (para la pelota) con 150 gramos de butifarra blanca
250 gramos de butifarra negra
1 trozo de hueso de jamón
1 hueso de buey de la caña con su tuétano
250 gramos de garbanzos remojados, en agua templada y sal, la víspera
200 gramos de judías blancas remojadas
250 gramos de patatas cortadas a cuartos
1 col grandecita
1 nabo grandecito
1 zanahoria regular
1 diente grande de ajo
1 huevo
2 cucharadas grandes de miga de pan rallado
1 cucharada de harina
pimienta
canela en polvo
perejil
sal

Se pone al fuego una marmita u olla con unos tres litros de agua, la carne, la gallina, el pie y la oreja de cerdo, el tocino, el hueso de jamón y el de buey, la zanahoria y el nabo. Al empezar a hervir se espuma bien y se incorporan los garbanzos y las judías (dentro de unas bolsas de malla, por separado, con objeto de que estas legumbres, cuando estén cocidas, puedan sacarse fácilmente y no se mezclen con los demás géneros del cocido). Sazónese con sal y déjese cocer suavemente, sin interrupción. Mientras tanto, se prepara, de la siguiente manera, la pelota.

A la carne magra de cerdo y a la de ternera pasada por la máquina se le añade el huevo batido, el pan rallado, sal, un poco de pimienta, un poquito de canela en polvo, ajo y perejil picado, un poquito de harina y se empasta bien formando la pelota, de forma alargada, pasándola por harina.

Cuando el cocido ya lleva 2 horas hirviendo suavemente se le incorporan la pelota, las butifarras, las patatas y la col. Poco tiempo después se rectifica de sal. Hay quien es partidario de añadirle un poco de azafrán pulverizado, y si ha perdido agua en exceso por efecto de la evaporación, es conveniente, en este momento, incorporársela, siempre caliente.

Retírense las tres cuartas partes del caldo, para hacer la sopa que puede ser de arroz y fideos, u otra clase de pasta –también se le puede añadir un

poco de la col y patata cocida cortada a trocitos, así como alguna judía–; esta sopa, *escudella,* se sirve en primer lugar.

Acto seguido, la *carn d'olla;* en una fuente, las carnes enteras o cortadas con un poquito de caldo por encima y, en otra fuente, las verduras en pequeños montículos por separado y la zanahoria cortada en rodajas y colocada encima de la col.

Sírvase siempre bien caliente.



# Baleares

*La cocina de Mallorca*

Ante la cocina de las Baleares se le plantea inmediatamente al gastrónomo viajero un triple problema. Tres son las islas principales y tres son las cocinas que cada una de ellas posee. Naturalmente hallamos muchos puntos de contacto entre aquéllas, como los tienen la cocina catalana y valenciana. Pero, igualmente, presentan grandes diferencias. En más de una ocasión se han quejado mallorquines y menorquines del escaso contacto que había entre las islas hermanas y esta queja nos parece justificada. Históricamente, también ha sido así. Mientras que Mallorca ha pertenecido siempre a la corona española, Menorca estuvo, en el siglo XVIII, setenta y cinco años en manos de los ingleses y, luego, siete años en manos de los franceses. Incluso durante la guerra civil, Mallorca estuvo en manos de los nacionalistas, mientras que Menorca fue uno de los últimos reductos reconquistados. Es curioso que el destino haya hecho tan distintas y a la vez tan fraternas estas dos islas.

Este hecho ha tenido, también en la cocina, su importancia. La cocina es una especie de reflejo de cuanto acaece a los pueblos. El paso de los ingleses y de los franceses por Menorca es, gastronómicamente hablando, bien perceptible. Lo es también, en lo que a los británicos se refiere, respecto al mueble. La ebanistería anglomenorquina fue algo interesantísimo.

El apogeo turístico de que gozan al presente Mallorca e Ibiza no es compartido por Menorca; al menos, con igual deslumbrante intensidad y como sus bellezas merecen sobradamente. Ello también se refleja –en este caso, positivamente– en la calidad y peculiaridad de su cocina.

Redactamos este capítulo valiéndonos de la experiencia de múltiples viajes y de vínculos familiares que nos han permitido conocer especialidades casi secretas; luego nos apoyaremos en la experiencia de Madona Coloma Abrinas Vidal, gran cocinera, absolutamente iletrada, pero que dictó hace unos años un libro llamado *Cocina selecta*

*menorquina,* que en poco tiempo ha conocido tres ediciones. Madó Coloma tiene un rostro céreo, viste de negro riguroso y lleva un pañuelo en la cabeza; a los 78 años, con su mallorquín dulcemente áspero, habla con una claridad mental extraordinaria. Su conversación y, no hay que decirlo, su libro han sido fundamentales. Otros dos libros nos han ayudado a comprender la cocina mallorquina. El libro, muy valioso, titulado *La cuyna mallorquina,* editado, en Felanitx, numerosas veces y del cual, según parece, es autor don Pedro Alcántara Peña, personaje muy curioso de la cultura mallorquina del siglo XIX, polifacético y brillante escritor y autor teatral, en castellano y en mallorquín, en prosa y en verso. La edición que utilizamos es la séptima. Otro libro que nos ha ayudado es un pequeño opúsculo editado en Palma, sin fecha, titulado *Colección de guisados y manera de prepararlos,* firmado por T.C., Imprenta Rotger.

La cocina mallorquina es variada, riquísima, excelente. Mallorca, las Baleares, tienen la suerte de poseer, y de calidad que no dudamos en adjetivar de excelsa, dos grandes grasas de nuestra cocina: la vegetal de aceite, líquido mágico, y la animal del cerdo, de la manteca de cerdo. Olivos y cerdos se disputan la primacía, en cuanto a calidad. Con estas bases –y la fantasía– no es raro que nos embelesemos ante la teórica cocina de las Baleares. Porque como acontece en casi todos los lugares de nuestra península, sus exquisiteces son completamente inasequibles. Se pueden encargar platos, se puede comer perfectamente en casas particulares, pero difícilmente el viajero normal encontrará en restaurantes los grandes guisados. Un país enteramente invadido por el turismo, si no tiene un genio gastronómico muy enérgico, cae en el puro adocenamiento. Mallorca ha dado grandes cocineros, que han ejercido su arte dentro y fuera de las islas –más fuera que dentro, desgraciadamente–. Hoy, la cocina autóctona está casi totalmente borrada por las fáciles frituras, tan a menudo hediondas. Pero el mallorquín es demasiado epicúreo para esforzarse en pro de las causas heroicas del *snack-bar* y de los restaurantes que practican la falsa cocina francesa, la bazofia universal.

Incluso uno de los más excelsos productos de charcutería de las islas y de la cocina española, la sobrasada, es prácticamente imposible comprarla en el comercio. A ningún precio, ni pagando el oro que pesa, se halla una sobrasada que tenga las virtudes tradicionales, irrefutables, de este sabroso embutido, uno de los tres grandes de la charcutería española, a saber: el chorizo, el salchichón de Vic y la sobrasada mallorquina. Que nadie se ofenda, pero teniendo la suerte de contar con parientes mallorquines que hacen su «matanza», sabemos



perfectamente lo que son las sobrasadas, los *butifarrons,* los *camaiots,* las varias...

Empecemos, como en todo honesto yantar, por las sopas. Las sopas de la cocina mallorquina se dividen en dos clases. Las sopas líquidas y las sopas llamadas por antonomasia «sopas mallorquinas», que son casi siempre sopas sólidas.

Entre las sopas líquidas está la sopa de pescado hecha con pan, hermana de la *bouillabaisse* marsellesa. La caldereta de pescado tiene toda la gracia mediterránea y hay varias maneras de hacerla, todas sin tacha, con honor, con raza. Todas ellas también plenas de intención. Subrayemos, sin embargo, la sopa de cangrejos de mar, una especie de bisque de cangrejos machacados, que puede hacerse con pan, con macarrones o fideos.

Luego están las sopas de cocido, el *bullit,* del que ya hablamos, y las sopas de carne y la *escudella* fresca.

Las sopas mallorquinas por antonomasia, son un misterio. José Pla, en un capítulo de su estupenda *Guía de las Baleares,* explica, con gran lujo de casi angustiosos detalles, los esfuerzos que le costó encontrar un restaurante que se las hiciera. La peripecia fue ardua, pero al fin, en Pollensa, logró degustar estas sopas, después de arrodillarse casi ante el fondista. Lo curioso del caso es que, ya sobre los manteles, tuvieron un gran éxito entre todos los clientes, pero ello no parece haber convencido a los cocineros mallorquines de que deberían incluirlas en sus cartas. La mayoría sigue, tozudamente, sin hacerlo. Quizá las creen groseras para el forastero. Pero nosotros seguimos creyendo también que es uno de los mejores manjares del país.

Las sopas mallorquinas han sido durante siglos el alimento rural por excelencia. Antes de salir a trabajar, al romper el alba, los payeses embaulaban un plato de sopa. Al llegar a casa a la hora de comer, el buen payés fatigado se encontraba la gran olla de *faves,* la olorosa, la cálida, la sana olla mediterránea. Por la noche, como cena, otra vez sopas y legumbres. Parece ser, pues, que el alimento principal era esta olla de habas y las sopas mallorquinas. Lo de la olla de habas está bien descrito en la célebre canción popular de los jornaleros que recolectan algarrobas o aceitunas:

*En vint dies vaig menjar*
*Seixanta vegades faves*
*Es dematí de trempades*
*Es migdia de cuinades*
*Y es vespre, per variar,*
*Las mos daven rescalfades.*

Las sopas secas mallorquinas proceden, según el libro *La cuyna mallorquina* que antes hemos citado, de la antiquísima sopa de col. Es el plato, por excelencia, de un país campesino, sosegado, virgiliano y dócil. Dice tal libro, debidamente traducido:

«Para hacer buenas sopas hay que tener un pan a propósito, que tenga ya un día o dos, que no sea blanco, sino de trigo mallorquín, un poquitín moreno, para que resulte más gustoso y sabroso, y amasado a la mallorquina, es decir, sin sal y ligero de masa. Se pone en el fuego una grasera con aceite para freír algunos puerros, ajos, cebollas, pimientos y algo de tomate, si es la estación. Ya frito todo ello, se añade la col cortada a tiras pequeñas, con un poco de agua, y se espera a que esté bien blanda y cocida. Entonces se añade el agua y la sal que se consideren necesarias para la sopa y, cuando el caldo hierva, se le agregan delgadas rebanadas de pan, cuidando de que la col quede encima. Antes de quitar del fuego la grasera, se añade un buen chorro de aceite, se la saca del fuego y se la tapa, para dejar que su contenido se reblandezca y absorba todo el jugo».

Otras sopas campesinas son las célebres sopas escaldadas que solían improvisar los trabajadores del campo. Son las más simples que pueda imaginarse, cocidas encima de tres piedras donde bambolea la olla calentada con la alegre llama de la leña de olivo. Nos agrada el fuego del olivo. ¡Es tan absolutamente nuestra su crepitación! Se llaman escaldadas porque los elementos que se hayan puesto dentro de la olla, especialmente vegetales, cuando han hervido y dado su caldo son volcados, hirviendo aún, en los platos donde reposa el pan moreno cortado a delgadas rebanadas. Pan sin sal, el pan mallorquín. Existen luego otras sopas, como las de *carboner,* que se hacen con el caldo de las habas o de las judías y son también de pan, o las sopas a la *solleric,* sopas escaldadas, con pimientos verdes, que eran –y esperamos que sigan siendo– tradicionales en Sóller, la de los Puertos. Joan Alcover, viejo caballero fatigado, gran poeta transparente y triste, habla así de Sóller:

*Ja coneixen la vila d'ombrívols carrerons*
*la rica vall de Sóller, entre sorrals extesa*
*on totes les vivendes tenen un hort al fons.*

Huertos de Sóller, los de los verdes pimientos, los de los guisantes tiernos, los de los habares, con su humilde flor. Y los árboles, los olivos, las higueras, los granados...



El cerdo ha sido, durante siglos, la carne básica de la cocina mallorquina, de tal modo que don Antonio Pol, autor de un libro llamado *Mallorca y su folklore,* afirma que en tiempos antiguos existían gentes que no habían comido jamás otra carne. En las matanzas, que duran dos días, se cocina el arroz con despojos de cerdo. Después de esta fiesta campesina, que naturalmente se va perdiendo, se regala a los invitados el *presen: «Un bon presen se compone: d'un tros de llom, un tros de fetxa, tres costelles, una llangonissa, un bossi de xuia de sa ventresca, quatre butifarrons i tres blanquets».*

Ya hemos señalado que la del cerdo es la carne básica de toda comida mallorquina en que se incluya carne. Con el cerdo se confeccionan los dos productos gastronómicos más conocidos fuera de las islas, o sea: la ensaimada y la sobrasada. Antiguamente, un buen cerdo mallorquín pesaba treinta y cinco arrobas y su engorde se hacía a base de higos. Pero aun las casas más pobres procuraban tener cerdos que eran base de muchas comidas durante la temporada. *«Un poc de xuia»* remendaba cualquier ágape. *Xuia* es tocino, pero el campesino llama *xuia* a cualquier cosa que se haya elaborado con cerdo, ya sea sobrasada, longaniza, botifarrons, *blanquets, talec, varía negre, camayot, xuia de sa ventresca, saim vermei,* etcétera. Para el campesino todas estas variedades son *xuia,* que es como decir que pertenecen al cerdo.

Forzosamente hemos de hablar de la *cassola de matançes,* que no tiene nada que ver con la olla. La sopa es grasa, noble, se puede cortar. He aquí la fórmula que dicta Coloma Brinas, con su pintoresco castellano, de la típica *cassola:*

«Para seis personas, 100 gramos de costillas de cerdo, a trocitos un poco de cebolla picada, 6 pajaritos, 100 gramos de setas cortadas y unas cuantas *chírgoles,* una cabeza de ajos, se pone una cucharada de manteca dentro de una olla al fuego, se echa todo dentro de una vez y cuando está sufrido, se tiene tomate, perejil, *grell* y un poco de orégano y cuando está cocido se pone agua suficiente para escaldar las sopas y cuando hace un rato que hierve se tiene un plato de patatas cortadas a cuadritos y una hoja de laurel y una vez cocido se escaldan las sopas».

Luego está la *porcella,* el lechón, que se come en la mayoría de grandes restaurantes y, sobre todo, en los *sellers* de Inca, que conservan, aunque un poco sofisticado, su antiguo estilo. Hornos enormes, leñas de sarmientos y olivos, enormes toneles como viejos bueyes mansos. Nos atrevemos a insinuar que esta *porcella* hecha en los grandes hornos

de tierra es un plato que ha adquirido una generalización relativamente moderna, puesto que los libros no la mencionan sino como un plato muy particular. La *porcella* puede ser ofrecida de manera parecida a como se hace con los lechones castellanos, o bien como el *farciment* antiguo. Lo hemos probado y no podemos resistir la tentación de explicarlo: con el hígado, el corazón y las manos del animalito, se hace una especie de pasta, cuidadosamente trinchada, con pan rallado, huevos, especias y azafrán. El lechón se rellena con esta masa y con manzanas y ciruelas, también picadas. Es una fórmula antigua bastante interesante, quizás ejemplar.

La manteca de cerdo sirve para elaborar algo tan importantísimo, dentro de la cocina mallorquina, como son las empanadas. Las empanadas pueden ser de muy distintas calidades. Es curioso que en los dos extremos del ámbito español –Galicia y Baleares, con Murcia en el centro– se coincida en el plato de las empanadas. Todo ello viene de la cocina antigua española. Léase a Maese Martínez Montiño, al maestro Altimiras. En sus libros se habla constantemente de la pasta rellena: de venado, de jabalí –que endulzan y sosiegan la iracundia de su carne áspera y caliente–; la de menudillos de pavos; la de la lamprea, vicioso animal, que conservan los gallegos; la de sollo; la de criadillas de tierra, que es la trufa –muy señores nuestros, lectores tan amigos, los misteriosos y siempre misteriosamente multiplicados testículos de Adonis, que enterraron las furias–. Toda la vieja cocina nuestra nos recuerda esta pasta, rellena de carnes y de especias, de grasas nobles. Algunas comarcas lo conservan hoy, entre ellas las baleáricas. Todas las empanadas mallorquinas se hacen con manteca de cerdo: las empanadas dulces, las de pescado, las de sobrasada, las de lomo de cerdo. La manera clásica de preparar la masa es la siguiente: tómense tres libras de harina, diez y seis onzas de manteca de cerdo derretida, dos onzas de aceite común, una libra de agua y dos onzas de aguardiente; levadura, nada; mézclense los ingredientes líquidos, amásense con ellos la harina hasta quedar dura la masa, añadiendo para ello la harina que corresponda.

Una empanada especial, que nosotros comimos en casa de nuestro buen amigo Antonio Riera, en la Pobla, fue una espinagada, que es una empanada de espinacas y anguila, realmente muy curiosa. Los trozos de anguila conservan su espina.

Y ya que hablamos de la Pobla, es fama que en ella se comen las ratas de agua, como en la huerta valenciana. Este extremo no lo hemos podido comprobar y aunque hemos visto, en Valencia, vender la rata del arrozal, en Mallorca no hemos encontrado ningún testimonio de



que las coman. En la Pobla se encogían de hombros al hablar de ello. Sin embargo, Camilo José Cela afirma haberlas comido y haber hecho levantar acta notarial como testimonio para los incrédulos, de su sacrificio. Le creemos, bajo palabra, aunque, según parece, dicha acta notarial está a disposición de todos los escépticos.

En lo que se refiere todavía al cerdo, existen otros platos clásicos: los fideos gordos con sobrasada, la célebre *greixonera* de pies de cerdo, el lomo con col, la butifarra con salsa de tomate y unos platos extraordinarios –que nos parecen únicos en la cocina española– como son el lomo de cerdo y la lengua de cerdo con salsa de granada. Con salsa de granada existe también un plato suntuoso, cardenalicio, que es el pavo. Sobre esta lengua de cerdo, daremos, por ejemplo, la fórmula de Madó Coloma:

> «Se lava la lengua y cuando el agua hierve se escalda y se pela, se pone una *greixonera* al fuego con manteca la lengua y media cebolla regular cortada por corto, cuando la cebolla tiene color se le ponen los granos de una granada, cuando está disuelta o se pone un vasito de vino seco y un poco de agua y cuando la lengua está cocida se hace trozos y se coloca la salsa y se pone otra vez en la *greixonera* y se sirve con patata redonda frita».

Departamos, si gustan, sobre la charcutería. Dice un cantar popular de les *porquetjades* –las matanzas de cerdo– de Menorca:

*Ja que mos feren ses dents*
*I boca per roegà*
*Roeguem porc, diligents*
*I així direm contents:*
*Hurra el porquim bestià!*

El «hurra» es de clara ascendencia inglesa, no nos engañemos. Ante todo, está la sobrasada. La mallorquina solía ser más picante que la de Menorca: separado el solomillo y cortadas las carnes grasas en lonjas, se majan éstas y aquél. Se condimentan con pimienta roja dulce y picante. Así eran, son, las honestas sobrasadas.

La *llonganissa* se elabora con la carne más fibrosa y se adereza con vinagre, sal, orégano, pimienta y un poco de pimentón dulce. No se conserva largo tiempo y se fabrica en escasa cantidad.

Luego están *ses peces negres:* el *bisbe* –palabra que significa «obispo», embutido en estómago del cerdo–, los *botifarrons* negros, las *varies* y

los *camaiots* (parecidos al *bisbe).* Existe luego el *botifarró* blanco o de tela. Todo ello, puras delicias.

Una merienda extraordinaria es la sobrasada con miel. Se necesita el estómago bien sano y el hígado bravo, como un gallo de pelea. En Mallorca las hornean o las asan. En Menorca, las fríen. La miel y la sobrasada es una mezcla exquisita.

Sobre las ensaimadas hablaremos al final de este capítulo, al tratar de la riquísima repostería mallorquina de nuestras delicias.

El arroz, en Mallorca, es generalmente caldoso y muy azafranado, por lo menos esta es nuestra experiencia. El arroz con pollo, por ejemplo, les gusta a los mallorquines muy clarito, con guisantes y buena mano de azafrán. Nos parece excesivo, pero cada tierra hace su guerra. Igualmente, el arroz con bacalao desmigajado, que lo hemos comido con mucho gusto, puede tomarse muy caldoso, aunque a veces también lo sirven seco. Se añaden a este arroz guisantes, alcachofa e incluso coliflor. Con guisantes es perfecto y, con coliflor, nefasto. Luego están los arroces blancos, como el arroz blanco con riñones salteados, que incluso se refuerza con una copita de coñac, y el arroz blanco con habichuelas pintas, al que se añade una siniestra salsa de tomate; y finalmente está el arroz con conejo de monte –hoy casi extinguido–, en el cual, afortunadamente, no se pone tomate.

Damos una breve fórmula de Coloma Abrinas, con su pintoresco castellano, de este arroz:

> «Se hacen trozos de conejo y cebolla cortada pequeño, todo junto se mete en la *greixonera* con manteca, cuando está cocido se le añade agua (no se pone tomate), se tosta el hígado, se pica un ajo, un poco de perejil, azafrán en hebras y el hígado, pimienta negra y canela, se pone dos minutos antes de quitar el arroz y se sirve».

El conejo de monte prolifera en toda la península. Más todavía en Mallorca y en Menorca –y no digamos en la diminuta isla de Conejera– donde llegó a crear un problema. Escribe Ocampo en sus *Crónicas:* «Tomaron después algunos conejos que pasaron a Mallorca, donde se puede pensar cuán excesivamente creció su generación, tanto que de tal multitud de conejos resultaron grandes inconvenientes a los mallorquines».

De los arroces de pescado, uno de los más clásicos es el de pulpo: se hierve el pulpo aparte, luego se cortan los tentáculos y se fríen, después de enharinados; con lo que queda se cocina el arroz. En el plato se unen el frito y el arroz caldoso. El arroz de calabaza de La Puebla,



con jamón y puerros, lo catamos, en ocasión de escribir este libro, por simple deseo de información. Poco vale tal arroz. No nos gusta tampoco la calabaza. Ni a nosotros ni a los mallorquines. Recordamos el cantar popular:

> *Carabassa m'han donada*
> *Carabassa menjaré*
> *Malany per sa carabassa*
> *I per que la dóna també.*

Los platos de caza son tradicionales y exquisitos, pero es muy difícil poder comerlos. Por ejemplo, los suculentos tordos con leche. Llega un momento en que los tordos que picotean las aceitunas son de una calidad excelsa. Hay varias fórmulas para preparar tordos con leche: se cocinan con manteca y cebolla cortada, cuando están dorados se les agrega un poco de vino de Jerez o un rancio y algo de leche, y se les pone a hervir. Se suelen servir con coles de Bruselas. Hay otras fórmulas más complicadas y más ricas. Las perdices, las codornices y los tordos con coles, plato de prosapia catalana, son excelentes.

La codorniz emborrachada es plato exquisito, sobre todo si la codorniz es, como dicen los franceses, de fusil. Se cocina en la olla y se emborracha de coñac y vino. Queda una pequeña cantidad de caldo hecho con el jugo del animal, leche y huevos. Este caldo, esta delicada salsa, debe beberse en un dedalito. No lo hacen así en Mallorca. Lo hicimos nosotros, imitando a Cunqueiro. Es un jugo espeso, dulzón, lleno de sol, esencia de carne. Lo recomendamos.

Luego viene otro plato importante, que es la liebre o conejo encebollados, del que existen varias recetas. La principal consiste en hacer un sofrito, del conejo o de la liebre, en sobrasada y manteca de cerdo; luego, se sofríe la cebolla, y muy a menudo se especia bastante acentuadamente y se espolvorea, al final, con canela. Es un plato magistral.

Las perdices son excelentes. Con ellas los mallorquines han llegado a las más raras paradojas: cocinar unas perdices empanadas sin pasta y dar el nombre de «perdices de capellá» a un plato en el que la perdiz no existe. Las perdices empanadas sin pasta son hechas al espetón y, mientras se las asa, se va derramando, sobre ellas, huevo batido y harina de galleta, hasta que están bien asadas.

En cuanto a las «perdices de capellá3, que no figuran en ningún recetario antiguo, en los modernos, en castellano, tienen la siguiente fórmula, que copiamos del precioso libro de Dionisio Pérez, *Guía del buen comer español:*

«Por cada comensal se cortan dos filetes de ternera magra o de buey, de unos 60 gramos cada uno. Se aplastan bastante para que adopten forma alargada y delgadísima. En un extremo de cada filete o lonjita se pone encima un filete de tocino o jamón bien magro (desalado), una buena rodaja de sobrasada (que puede remplazarse por butifarra o salchichón, butifarrón, morcilla, etcétera). Montadas así estas piezas, se enrollan los filetes, quedando el tocino y sobrasada en su interior, y se atan estos paquetitos con un poco de hilo (que al final de la cocción se quita). A continuación se pasan por harina y se fríen en una cazuela puesta sobre fuego, con manteca de cerdo o aceite, unos ajitos machacados, con un poco de hierbas secas aromáticas en polvo, sal, pimiento; luego un poco de vino blanco en pequeñas cantidades de agua a medida que se van cociendo, formándose una salsilla corta y bien cuidada».

Añade coquetonamente que «es un plato exquisito».

Los platos de carnes son innumerables. Con los volátiles se hacen los célebres *escaldums* de gallina, la gallina rellena con salsa de granada, la pechuga de pavo en salsa de almendras, los pichones con castañas y otros muchos platos, como el papo de pavo. No podemos resistir la tentación de reseñar una curiosa receta sobre este plato, redactada en un no menos curioso castellano:

«Se extiende el papo y se pone una tira de pavo blanco, una de jamón y una de *pastenagó*, cortado por lo largo, una de aceitunas sin hueso y una de alcaparras, se dobla y se cose con un hilo de *emplomá*, se lía y se pone en una *greixonera* con manteca y cebolla cortada por corto, cuando tiene color se le añade tomate y todas hierbas, 6 o 7 alcaparras, aceitunas, una copa de coñac y 2 vasos de agua; se tosta una cucharada de harina en la sartén y un poco antes de colar la salsa se le añade la harina tostada, se tienen hervidos garbanzos tiernos y escurridos o judías tiernas y se meten después de haber colado la salsa. Se puede poner patata.

»De la misma manera se puede hacer un trozo de ternera y también resulta muy sabroso».

Luego están los fritos, que generalmente se saltean con hígado y cebolletas, aunque admiten una serie de combinaciones que no nos seducen demasiado. El más importante es el frito variado. Ahí va el anatómico plato, tan grasiento, dulce y encebollado, en una receta escuetamente resumida: «Se cortan el hígado bien pequeño y pulmón,



se pone una cucharada de manteca en la sartén y un vaso pequeño de agua por 400 gramos de frito, cuando hierve le pone las tajadas y se tiene bastante sofrito cortado, cuando está casi cocido se le añade el *grell* (cebolleta), una vez cocido se mete en la fuente». Sobre este *frit variat* recordamos una célebre anécdota de Eugenio d'Ors, a quien en cierta ocasión se le ofreció en las islas este plato. Inquirió Xenius la composición del plato y, no gustándole, poco ni mucho, los ingredientes, dijo con su morosa y narcisista pronunciación: «Vale más que me den un frito monótono». Y pidió un bistec con patatas.

Es imposible hablar de la cocina mallorquina y olvidar los caracoles. De hecho, es un plato exquisito en Mallorca y fuera de ella. La busca de caracoles, como la de espárragos trigueros, ha sido y es una gran afición de los mallorquines. Hay dos clases de caracoles, los *viudetes* y los *bovers*. Los caracoles llamados *viudetes* son en Mallorca más apreciados que los *bovers*. Las *viudes* anidan en los terrenos de secano y los *bovers* en los de regadío. En la vecina isla de Cabrera se crían las *viudes* de mayor tamaño. De ellos debieron de vivir y morir los 9.000 franceses prisioneros en Bailén durante cinco años. Sólo regresaron unos 3.600 y es éste uno de los episodios más trágicos de la guerra de la Independencia. Los *bovers* les debieron de recordar el grueso caracol de Borgoña, huésped voraz de la viña.

*Ses madones de possessions* son las que mejor guisan los caracoles; tienen a dichos bichos dentro de una tinaja tapada *amb un plat tapat a s'enrevés*. Por lo general, están un año en este forzoso encierro, para que *fassin bé sa verinada;* los guisan con mucha variedad *d'herbes* y dos o tres *prebes de cirereta que couen con a foc*, un espeso y típico alioli y con una *pua de llimonera... A treura banyes s'ha dit!* La canción popular bien lo dice:

*Caragol treu banya*
*anirem a la montanya*
*amb una coca calente*
*la mos fregarem p'es ventre.*

Madona Coloma Abrinas nos presenta una fórmula de caracoles con sobrasada, que nos atrevemos a recomendar. La vieja señora llega a filigranas de cocina popular, tan sabias que nos dejan en suspenso. Dios le conserve larga vida y firme, infalible, la mano creadora:

«Se ponen la noche anterior los caracoles en un lebrillo y se esquitan con agua, por encima se pone hinojo, acelgas, trozos de cebolla y tomate y se esparce harina. Luego se tapan, por la mañana se

lavan y una vez limpios se meten en una olla, se pone hinojo, cebolla, hierbabuena, *moreduix*, medio limón, unas hojas de laurel, ajos y perejil (no pongo pimiento picante porque a mí no me gusta), cuando hierven se pone un poco de sobrasada porque no derrame el jugo. Dentro de una olla se hace un sofrito de cerdo, o de otra carne, cebolla y tomate, una vez cocidos los caracoles se escurren y se guarda medio litro de caldo en que han hervido, se pone un vaso de leche, una buena copa de coñac y un poco de sobrasada. Después se añade el agua necesaria y al hervir se pueden poner trocitos de patata, judías tiernas o lo que quieran y de este caldo tanto se puede hacer arroz o escaldar sopas».

En todas las Islas Baleares el pescado es riquísimo y las formas de aderezarlo son infinitas. La *caldereta de peix* es una de las ollas de pescado más importantes del Mediterráneo y la recomendamos calurosamente. También aparecen especialidades más peculiares: el atún con garbanzos tiernos; la langosta con cebolla; los calamares rellenos de carne, de magro y tocino de cerdo –plato catalán también–. Una variedad de este calamar, relleno con tentáculos, pasas y piñones, es guiso mucho más mallorquín. Luego se presentan los pescados con verdura, sobre todo con acelgas y patatas; las sepias con cebolla y vino seco, acompañadas de patatas fritas; los escabeches; algunas clases de pescados hechos con pimientos y, sobre todo, las berenjenas rellenas de pescado.

Entre los productos de la huerta, la berenjena es muy importante. Está presente en todos los platos mediterráneos, siendo casi la base de la cocina turca y de su hijuela, la cocina griega. En la cocina turca destaca el célebre plato *iman-bayeldi*, que quiere decir textualmente: «el imam [doctor coránico] eructó de placer». Tal es, por lo menos, la traducción que viene en el *Diccionario de la Academia de Gastronomía Francesa*, aunque, como no sabemos turco, difícilmente podemos asegurarlo. Porque es lo cierto que todos los libros sobre Turquía que hemos leído, y en todos los tratados de cocina oriental, se da la traducción, mucho más cortés, de «el imam se desvaneció ante este plato». La leyenda es antigua y muy conocida en el anecdotario constantinopolitano que cuenta y no acaba sobre el éxtasis, hasta el desmayo, de un doctor en el Corán ante el sabroso plato. La anécdota es tan antigua que se remonta a la época bizantina, cuando las cocinas de Constantinopla eran las primeras del mundo.

Otro plato otomano de primera calidad es el célebre *hunkar begendí*, que significa «Su Majestad lo apreció»; se trata de berenjenas



rellenas de carne y arroz. La cocina turca es la mejor cocina musulmana que hayamos conocido.

A nuestro entender, en el Mediterráneo sólo la supera la baleárica, que usa del cerdo, su manteca, como grasa.

Añadamos que el nombre de berenjena viene del árabe *al-badinyana* y que es una planta solanácea originaria de la India, en donde existen diversas variedades. Entre nosotros fue conocida ya en el siglo XVI. Cervantes, en el *Quijote*, juega y rejuega con su nombre moruno. Cide Hamete Benegeli, el imaginado autor de la sin par crónica, es siempre, en boca de Sancho, Hamete Berenjena. A Francia llegó en el siglo XVII. Por cierto, que el nombre francés *aubergine* viene del catalán *aubergínia*, que es la adaptación de *al-badinyana*. En mallorquín también es *aubergínia*.

La cocina mallorquina presenta toda clase de berenjenas, rellenas de carne, rellenas de pescado, al horno, y en rodajas, formando una especie de sandwich diminuto, con pasta de croqueta en medio. Luego se hacen con salsa, en pisto. También la berenjena está presente en el *tumbet* y no podemos resistir la tentación de dar una fórmula de este condumio delicioso:

> «Se fríen patatas en rodajas y se ponen en un plato con berenjenas en rodajas, también fritas; se fríen pimientos y se ponen en otro plato; se tiene carne hervida a trocitos; en una *greixonera* se pone una capa de patatas encima unos trocitos de carne y otro de pimientos y carne y siguen así; dentro de la misma sartén se hace una salsa de cebolla y tomate, se pasa por el colador y se vierte sobre el *tumbet*».

De la misma manera se puede también hacer sin carne. El *tumbet* de pescado es muy notable plato.

Las legumbres son extraordinarias: las habas, los guisantes, las alubias, los garbanzos tiernos. La menestra de judías tiernas que tomamos en cierta ocasión en Binisalem se nos antojó deliciosa. Iban con jamón, con yema de huevo, con su buen medio litro de leche. La olla de habas *aufegades* («estofadas») puede compararse con las mejores del Principado. A veces, al lado del *butifarró* ponen croquetas de sesos y las sirven alrededor del plato. Las alcachofas son notables también y se rellenan o se hacen a la vinagreta. La coliflor, asimismo, tiene su prestigio. Aquí los autores discrepan; Juan Perucho aprecia esta hortaliza; Néstor Luján la soporta. Uno enaltece su sabor; el otro, sólo aprecia sus posibles virtudes expectorantes y antiasmáticas, tan elogiadas por los antiguos. Pero ambos están de acuerdo en que a la coliflor le va

bien la leche y en que, en las menestras mallorquinas, ésta se pone con mesura. Las coliflores rellenas son asunto de mayor cuantía, ya que entran en su guiso la manteca y el lomo de cerdo. La coliflor llegó a Europa por Chipre. Este lugar, donde nació Venus, es una isla curiosa, algo parecida, en sus refinamientos antiguos, a Mallorca. Excelentes eran sus malvasías y allí hay todavía francolines, gallinácea exquisita, que participa generosamente de las virtudes de la perdiz y la codorniz y desaparecida, desde el siglo XVII, de España. Por Chipre entró en Europa la coliflor. Los reyes de Chipre, los dolientes y melancólicos príncipes de Lusignan, la llevaron a sus huertos del Loire.

De los espárragos trigueros hablamos ya. La ensalada que tomamos en Pollensa nos pareció bien; en Inca probamos espárragos con chuletas de cordero fritas. Seguimos creyendo que la tortilla de espárragos trigueros es algo perfecto.

Están luego las setas. Son muy apreciadas, como en Cataluña, sobre todo las *esclatasangs,* una variedad del *Lactarius deliciosus,* del rovellón, también llamado «mízcalo».

Amén de los huevos a la mallorquina, célebres en todo el mundo hispánico, que son huevos fritos con sobrasada, tenemos las tortillas de patatas y sobrasada o las muy densas de sobrasada, patata y cebolla, que se nos antojaron perfectas para los resopones con los vigorosos y corteses vinos de Binisalem. Vienen luego las cazuelas de huevos: tomamos una con jamón picado, laurel, patatas y alcaparras y su sofrito de cebolla y pimentón, que nos pareció que no debía quedarse en el tintero.

Dionisio Pérez nos habla, en uno de sus libros, de un plato notable, que es la tortilla de sardinas frescas. Los recetarios mallorquines nos dan una mezcla de huevos y sardinas mucho más compleja: el plato debe de ser excelente, pero es de largo empeño:

> «Se hierven seis huevos, se pelan y se cortan por lo largo, se quitan las yemas y dentro de una *greixonera* se tiene una cucharada de manteca y media cebolla regular cortada en pequeño, cuando está dorada se le añade un ajo picado en el mortero, con perejil, cuatro alcaparras, cuatro aceitunas sin hueso; cuatro yemas duras, tres sardinas grandes de conserva quitadas espinas y picadas; se pone todo este picadillo en la *greixonera,* una buena cucharada de harina y medio vasito de leche todo bien revuelto, se quita del fuego y se le añade una yema cruda, se revuelve y se llenan los blancos del huevo, se pone harina por la parte del relleno y sólo se fríen por esta parte, una vez fritos se meten dentro de una *greixonera.* Dentro de la misma sartén se fríen cebolla cortada, aceitunas sin hueso, alcaparras, jamón picado, un ajo chafado, perejil y una copa de coñac y las dos yemas restantes, un vaso de agua y se cola sobre los huevos que hervirán 10 minutos. Se sirven con patata frita».



La cumbre de la cocina de huevos son los hechos al modo de Sóller: se sirven colocados, ya fritos, sobre anchas rodajas de sobrasada y cubiertos por una salsa bastante compleja en la que entran leche, caldo corto de pescado, puré de guisantes frescos y de zanahorias y puerros. Hemos dicho que son la cumbre de la cocina mallorquina de huevos; quizá lo sean también de su genio culinario.

La repostería está presidida por la ensaimada, que viene de *saim,* manteca de cerdo. La ensaimada es quizás el producto que más ha contribuido a dar a conocer la cocina y la repostería de Mallorca –y de Menorca también–, que es una de las más importantes de España. La fama afirma que la mejor ensaimada de Baleares es la de Mercadal, en Menorca. Sin embargo, algunos menorquines afirman que las mallorquinas son las mejores, las más suculentas. No lo sabríamos decir a ciencia cierta. Gran número de cosas han de armonizarse para conseguir una buena ensaimada: buenos y proporcionados ingredientes, con fermentación y cocción cumplidas, agua idónea, etcétera.

He aquí la receta de las ensaimadas mallorquinas, con una dosificación clásica de los elementos de que está formada:

> «36 onzas mallorquinas de harina superior; 10 huevos de gallina; 15 onzas de azúcar de buena calidad; 4 onzas de aceite bueno; 4 onzas de agua; 10 onzas de masa de panecillo para levadura.
>
> »La operación debe empezar por la mañana, cuando la levadura está a punto, cuidando que no sea agria. Se disuelve la mitad del azúcar en el agua al fuego. Se rompen los huevos dentro de un lebrillo, se deslíe en ellos la levadura y se le mezcla la mitad de la harina. Se amasa fuertemente y entonces, amasando sin cesar en muy pequeñas porciones se echa el agua azucarada caliente; se continúa batiendo, golpeándola, levantándola y estirándola, de modo que tome aire y produzca ampollas. Cuando está bien amasada, se derramará por la orilla del lebrillo una gota de aceite, para que no se pegue. Se tapa luego con otro lebrillo y con ropa, se deja en un aposento de buena temperatura y libre de aire. Entra entonces la masa en fermentación y triplica su volumen. Regularmente se hallará en este punto por la tarde. Se le pone la otra mitad de la harina encima de la masa, lo mismo que la otra mitad del azúcar en polvo seco y también el aceite.

»Cuando está todo bien mezclado se saca del lebrillo la pasta y sobre una mesa se empieza a menearla como quien lava la ropa, estirándola y raspándola muy deprisa; haciendo durar la operación a lo menos media hora. Se pone otra vez dentro del lebrillo untado de antemano con aceite, lo menos posible, sólo para que no se pegue; se cubre entonces como la primera vez y se deja fermentar, hasta que llegue a su punto y toda la masa haya aumentado como unas cuatro veces.

»Entonces, se divide con un cuchillo en tantas partes como piezas quieran hacerse y de una a una se estiran en todas direcciones, sobre una mesa, hasta formar una lámina muy delgada; se le da por encima una capa de manteca de cerdo, muy leve, porque si se pone demasiada, las ensaimadas se contraen y no se levantan lo suficiente al fermentar. Entonces se arrollan y se ponen sobre latas untadas de manteca de cerdo, y en seguida, dentro de la caja que los mallorquines llaman barca. La tapa de éstas debe conservarse mojada con agua, para que las ensaimadas conserven la superficie húmeda. Cuando la fermentación haya llegado a su punto, se llevan al horno y se cuecen con sumo cuidado. Después de lo cual, pueden comerse y apreciarse».

Las ensaimadas con sobrasada deben recalentarse al horno. Es uno de los más refinados productos mallorquines, mezcla sapientísima de la repostería y la charcutería mallorquinas.

En este aspecto de confitería, sólo Mallorca admite parangón con Cataluña y Valencia y con la parte más refinada de Andalucía. Después de la ensaimada, joya indiscutible e indiscutida, sin posible detractor, vienen increíbles finezas: los *cocarrois,* con huevo, manteca y naranjas; los *rabiols,* que pueden arbitrarse de tantas maneras; el *tambó de metla* («tambor de almendra»); los dulces monjiles; las rosquillas de Sineu; *es concos de Inca; ses galletes de Santa Maria;* las empanadas dulces; los buñuelos de garbanzos; las berenjenas dulces –cuya ausencia sería grave cosa–; las variedades de cocas; el bizcocho mallorquín. En tantos y tantos platos no sabemos dónde acaba la cocina y dónde empieza la repostería. Sirva como ejemplo de ello, además de todos los que hemos venido repitiendo, el pollo en dulce, sin huesos, cuya receta copiamos, dejando la divertida sintaxis de Madó Coloma Abrinas:

«Se ponen 9 onzas de cerdo magra, con tres onzas de biscuit picadas, un limón rallado, una docena de uvas pasas con el hueso quitado, tres cucharadas de azúcar y dos huevos regulares. Se rellena el pollo de todo esto y se cose. Entonces se le cuece en la olla como si fuera el ave de un puchero. Luego lo sacan del caldo y cuando está frío lo frotan en aceite. Se añade azúcar y se acaba de cocer. Se sirve frío y con el mismo aceite se fríe el boniato que lo acompaña».



La cocina baleárica, como ya notaba muy bien Teodoro Bardají, mantiene las características tradicionales de la antigua cocina española; nosotros añadiríamos también de la mediterránea, con los sabores dulces aplicados a las carnes, incluso a los pescados. La pérdida del secular aislamiento de las Baleares, debida al constante incremento de las comunicaciones aéreas que la ligan con el mundo, aun más que cualquier otra región española, nos hace temer por la riqueza única de esta cocina que tan celosamente conservaba sus tradiciones y que tan refinadamente había ido trasmutándolas.

### *La cocina de Menorca*

Ya hemos señalado que existen marcadas diferencias entre la cocina mallorquina y la menorquina. Empieza por ser distintos su geografía, la idiosincrasia de los habitantes y su destino histórico. Las tres dominaciones inglesas y una francesa hacen de Menorca una isla diferente de su hermana.

Los ingleses dejaron, por ejemplo, una industria bastante saneada: la de los aguardientes de ginebra. La ginebra menorquina es, para nuestro gusto, superior a cualquier otra española. La *pellofa,* es decir, la ginebra con una corteza de limón, es un excelente aperitivo antiguo, pero muy parejo a los de los anglosajones. Sus frutas son asimismo famosas; como en Mallorca lo son sus trigos. Cuando el mariscal duque de Richelieu, sobrino nieto del cardenal, tipo extraordinario de quien hablaremos seguidamente con motivo de la salsa mayonesa, regresó a su país después de haber conquistado la isla, Luis XV le preguntó en la primera audiencia: «¿Cómo encontrasteis los higos de Menorca? ¿Son tan excelentes como dicen?». Efectivamente, lo son. Bien lo dice el cantar que nos pasa ahora por la memoria, gracioso y fresco:

*Una figa per ser bona*
*ha de tener tres senyals:*
*crivellada, secaiona,*
*bequetjada des pardals.*

Y con el mariscal Richelieu hemos de entrar de lleno en el problema de la salsa mayonesa. Los recetarios españoles se dividen en su apelación. Sin querer ser exhaustivos, diremos que, en *La cuyna mallorquina,* Ignacio Doménech, Dionisio Pérez y Teodoro Bardají la llaman «mahonesa». *El Libro de Nicolasa Pradera, La cocina del Amparo,* el libro de la marquesa Parabere, la *Guía gastronómica* de José Serráu, la *Cocina moderna española* de la condesa de Pardo Bazán y el *Diccionario general de la cocina* de Ángel Muro, entre otros, están, como el pueblo y las casas que venden esta salsa ya confeccionada, por la versión francesa «mayonesa». Veamos la historia: hay quien pretende que procede de la toma de Mahón, por el duque de Richelieu, en 1756. Que allí la conoció el duque –que en la historia de la gastronomía ha dado su nombre a cuatro platos distintos– y la popularizó París.

La toma de Mahón a los ingleses, que hasta entonces la habían ocupado, fue una gran noticia en la Europa del siglo XVIII; Francia, especialmente París, desbordaron de entusiasmo. Con decir que Inglaterra arcabuceó en el puente de un navío a uno de sus grandes marinos, Lord Bing, por haber perdido la batalla naval en la boca del puerto, se habrá dicho lo suficiente. París desbordaba de entusiasmo y muestra de él es una calle, muy cerca de la Plaza de la Ópera, en el centro de la ciudad, que se llama, todavía hoy, Rue de Port Mahón. Y el viejo Voltaire recogió el hecho en su célebre *Candide.* La dominación francesa fue efímera, pues en 1763 los ingleses recuperaron la isla.

Sin embargo, dista mucho de poderse afirmar de una manera cierta que la mahonesa sea originaria de Menorca. De ser así, la salsa a la mahonesa o a la mayonesa, basada en el aceite, habría nacido en una de las islas que producían menos aceite de todo el Mediterráneo. Todavía producía menor cantidad en el siglo XVIII, cuando se iluminaban con aceite de lentisco. Resulta harto problemático este origen tan concreto de esta reina de las salsas frías que se utiliza, como todo el mundo sabe, para acompañar el pescado y las carnes fiambres, especialmente las pechugas. Existen otras teorías sobre el origen de la salsa mahonesa. Una de ellas sostiene que la célebre salsa surgió en Mayenne, que en francés antiguo se escribía Maïenne. Contra esta opinión existe el hecho de que en esta región francesa tampoco hay olivos y el aceite con que se condimenta la salsa habría debido ser de importación.

También se ha dicho que la mahonesa podía proceder de Bayonne y que de *bayonnaise* se habría transformado en *mayonnaise,* pero esto es ya mucho más incierto. Otra opinión –ésta de los filólogos gastrónomos– hace derivar la palabra *mayonnaise* del antiguo vocablo francés *moyeu,* que significa «yema de huevo», cosa que, hasta cierto



punto, es bastante probable. Y, por fin, el gran cocinero Carème, cuyo libro *La cocina francesa en el siglo XIX* puede considerarse el origen de toda la cocina contemporánea, opinaba que la palabra *mayonnaise* venía de *magonnaise,* derivada del verbo *manier,* y que esta expresión se refería al modo de prepararla. Hasta aquí, las más importantes opiniones sobre esta salsa, que, por nuestra parte, la creemos mucho más antigua de lo que afirman estas versiones sobre su origen y que sitúan éste a finales del siglo XVIII, queriendo ver en ella sólo un *all i oli* refinado, es decir, sin ajo, que correspondería al gusto delicado del mariscal duque de Richelieu.

Contra la opinión de que la salsa mahonesa naciera en Mahón existe un argumento que no se puede dejar pasar por alto, y es el célebre verso de Lancelot sobre dicha salsa. Ya sea su autor Nicolás Lancelot, que vivió entre 1587 y 1640, o Claudio Lancelot, que vivió entre 1615 y 1695, o incluso Antonio Lancelot, arqueólogo e historiador cuya vida transcurrió entre 1675 y 1740, todos ellos son anteriores a la toma de Menorca por los franceses. Y el breve poema que copiamos es categórico y tiene una descripción lo suficientemente concreta. Dice así:

*Sauce mayonnaise*
*Dans votre bol en porcelaine*
*un jaune d'oeuf étant placé,*
*sel, poivre, du vinaigre à peine,*
*et le travail est commencé.*
*L'huile se verse goute à goute,*
*la mayonnaise prend du corps,*
*epaissisant sans qu'on s'en doute*
*en flots luisants jusqu'aux bords.*
*Quand vous jugez que l'abondance*
*peut suffire à votre repas,*
*au frais mettez-là par prudence*
*tout est fini – n'y touchez pas!*

Resumiendo: la salsa mayonesa existía ya en Francia en el siglo XVII. Es totalmente incierto, en cambio, que existiese en Mahón. Menorca no presenta ningún documento que mencione esta salsa, con el nombre de Mahón, y que sea anterior a la popularización de la mayonesa a través de Carème; el célebre libro de cocina manuscrito de Ciudadela ni la menciona siquiera. Tampoco, hasta tiempos muy modernos, la han reivindicado. El máximo libro de cocina

menorquina, *De re cibaria,* de Pedro Ballester, publicado en 1922, adopta una actitud totalmente objetiva y circunspecta. Son más bien los no menorquines quienes usan la expresión «mahonesa» y adoptan, como el gran Dionisio Pérez, una actitud patriotera, como si los franceses anduvieran robando salsas por el mundo, cuando son precisamente franceses quienes atribuyeron a Mahón la paternidad de la salsa. Hasta aquí, el estado actual de la cuestión.

Ahora bien, con la licencia de nuestros lectores, nos atreveremos a adelantar una hipótesis. Esta salsa es lo suficientemente lógica para que en cualquier país donde haya aceite y gallinas, y conozcan además el *all i oli,* se les ocurra hacerla. Seguro que en Francia y en otros puntos mediterráneos existía en el siglo XVII. Pero en París debió de estar en desuso, porque allí el aceite de oliva en el siglo XVIII tenía que ser caro y no muy asequible. Richelieu debió de conocer una salsa parecida, si no en Mahón, en Provenza o en el Rosellón, donde estuvo en varias ocasiones. Al popularizarla él –y popularizarse con él Mahón– la mayonesa se convirtió en la salsa de Mahón. De ahí viene la confusión, quizá buscada. Todo ello no destruye la posibilidad –no comprobada, sin embargo– de que en Cataluña, en Valencia o en las Baleares se hubiese llegado a parejo descubrimiento. Pero, después del soneto de Lancelot, cualquier hipótesis que pretenda que los menorquines son los inventores únicos nos parece temeraria. Acabemos diciendo que compartimos la opinión de Ángel Muro, quien, después de calificar la mayonesa como «la reina de las salsas frías», añade: «Igual da que sea paisana nuestra o no lo sea, con tal que la podamos seguir gustando».

Hablamos ya de la *sopa i bullit* y de la *sopa de xanc.* Están luego las sopas de pan, el *panrás* para niños –a base de pan, aceite y ajo– y el pan *cuit* con mantequilla y ajo o también con cebolla. La sopa menorquina por excelencia es el *aliaigua.* Es tan típica que la sentencia *«Tranquilitat i oliaigua»* pertenece al acervo popular. Hay varias clases de *oliaigua* –según Pedro Ballester, a quien seguimos devotamente–, con tomates, con huevos, con col y, finalmente, el *oliaigua broix. El oliaigua amb tomàtics* tiene la siguiente fórmula:

«En una cazuela se corta cebolla a trozos delgados y largos, tomate a trozos grandes, sin quitar mondas ni semillas, y ajos a trocitos; se agrega un trozo de pimiento verde y todo junto se pone al fuego con una poca de agua que se hace hervir hasta que la cebolla esté blanda. Pónese luego un poco de aceite o manteca de cerdo y se deja al fuego hasta que el sofrito está depurado; entonces



se sazona con la sal necesaria y pimiento dulce en polvo; revuélvese el sofrito y seguidamente se pone el agua fría necesaria manteniéndose en el fuego hasta el momento en que va a hervir pues si llega a hacerlo el caldo se corta».

Se vierte sobre el pan previamente colocado en cada plato. En la estación calurosa se acostumbraba a intercalar higos entre las cucharadas de este *oliaigua.*

Son interesantes los platos de legumbres: habas, garbanzos, judías, guijas y guisantes. Una hortaliza apreciada en la cocina menorquina es la calabaza, en sus tres especies comestibles menorquinas: la común, la amarilla y la de turbante de moro. Los arroces son peculiares también. En ellos no falta, como en Mallorca, el caldo y el azafrán.

El capítulo de pescados es notabilísimo. Simplemente hervidos y con el *all i oli* o la mayonesa resultan excelentes. En la costa menorquina se halla todo el estado mayor del pescado mediterráneo. La raya, la dorada, el mero, el dentón, el rodaballo, el salmonete, la lubina... La caldera menorquina se basa en la suprema calidad de la primera materia, que se mezcla a menudo con patatas. Mejor es todavía la caldera de murena –que tiene tan grandes resonancias de la cocina romana–, de langostas o de los deliciosos mariscos.

Con la langosta se hace un plato extraordinario –es decir, se hacía–: el arroz de conejo de monte y langosta. Luego están los arroces de pescado con las *escupinyes gravades,* que sólo se pescan en el puerto de Mahón, y unos mariscos *(dàtils)* con los que se realizan tantos platos excelentes.

Un plato notable es la *greixera* de macarrones, en su primera receta. En su origen el plato se hacía con queso de Holanda auténtico: horadábase la bola y se extraía el queso, con un cuchillo, hasta dejar un buen hueco. Éste se llenaba con macarrones rehogados con el zumo del sofrito, mezclándolos con parte del queso extraído y debidamente rallado. Luego se metía en el horno. Este plato, llamado también *macarrons con grevi* –que viene del inglés *gravy,* jugo, sustancia– se inspiró en los célebres *macheroni alla napolitana con sughetto in coppa,* pero tiene carta de aclimatación en Mahón, donde los macarrones empezaron a guisarse con el queso añejo de Mahón, una de las glorias de la isla.

La caza fue excepcional en Menorca. Las perdices, el conejo –que llegó a ser una obsesión de los campesinos– y la chocha o becada eran extraordinarios en empanadas. Igualmente, la caza de ánades silvestres se llegó a cocinar de una manera exquisita.

El pavo de Navidad relleno es una de las glorias de la gastronomía menorquina. Lo rellenan del *cuscussó dolç* –el alcuzcuz muy cambiado–. Ésta es la fórmula que inserta en su libro Pedro Ballester:

«En una cazuela de barro que no se haya usado para sofritos, se pone manteca de vaca cocida, miel y un poco de azúcar; se deja cocer, removiéndolo, y se echa pan rallado y tostado de antemano y almendras tostadas, peladas y cortadas en rajitas a lo largo, mezclándolo todo y separándolo del fuego cuando forma una masa uniforme y consistente».

En nada se parece, desde luego, al alcuzcuz moro o al castellano antiguo, que describen los libros de cocina del siglo XVII.

Otros platos importantes son los que se basan en el cerdo. Las *greixeras de peus* parecen derivar de las dos célebres fórmulas que Martínez Montiño –cocinero del rey Felipe IV y protagonista de la célebre novela del fecundo folletinista don Manuel Fernández y González, *El cocinero de Su Majestad*–, pone en su tantas veces citada obra.

Pero Menorca le da un acento especial. En el seno de las familias se estilaba tomar este plato por las fiestas de Carnaval y no se ahorraba ningún lujo.

La repostería menorquina es extraordinaria, como la mallorquina, con el añadido de la no escasa ciencia de la tradición británica. En el folclore menorquín las *coques* tienen una gran importancia. La fórmula *ball-coques,* consagrada para la invitación de los bailes campestres, está inmortalizada en unas coplas, algunas de las cuales merecen ser recordadas:

*Ma mare en pastar fa coques*
*Tant si és fosc com si és dejorn,*
*Que a sa casa n'hi ha un forn*
*Que té mes de trenta boques.*
*Arri! Arri! somereta,*
*Anarem a Son Billòch:*
*Trobarem na Joaneta*
*Qui fa coques amb arròp*
*Ma mare, en Pere em toca.*
*Pere, no'm toquis s'atlota.*
*Pere, toque'm toque'm*
*I et daré coca.*



*D-on vens, titel-la?*
*D'es forn, titó.*
*Que dus, titel-la?*
*Coques, titó.*
*Da-m'en, titel-la.*
*Pren-ne, titó*
*Cremen, titel-la.*
*Bufa, titó.*

Existen también, como en Mallorca, las ensaimadas rellenas de crema (natillas), los *cocarrois,* los bizcochos, los maravillosos hojaldres, los *flaons* de queso y las célebres galletas de Alayor. Necesitaríamos casi todo este libro para hablar de la repostería baleárica que, en el caso de Menorca, se suma a las aportaciones inglesas de *pudding* y a las deliciosas confituras.

Hemos señalado ya la industria de fabricación de ginebra, tan importante, por lo menos en cuanto a calidad. También hay algunos vinos a los que se menciona en las antiguas coplas, como la siguiente:

*Per Cutaina vaig passar,*
*Figueral a cada banda*
*Hi havia pones en randa*
*Y vin blanc per refrescar.*

Las bebidas alcohólicas tradicionales, de fabricación doméstica, son las siguientes, según Escudero *(Revista de Menorca, tomo X):* la primera de ellas es la *sangrí (sangaree),* de claro parentesco con nuestra sangría actual, de la cual hablamos en otro lugar de este libro. He aquí la fórmula de la sangría:

«En un puchero se ponen dos partes de vino tinto por una de agua, azúcar a discreción, un trozo de canela y una corteza de limón o de naranja, y se mantiene en el fuego hasta que espume, pero sin dejarlo hervir. Se sirve muy caliente, porque es bebida para los días más rigurosos del invierno. Pueden agregarse unas raspaduras de nuez moscada y una rebanada de pan tostado, extrayéndose ésta del puchero cuando esté embebida y esponjosa».

*Calent:* dos partes de aguardiente por una de agua; el azúcar, a discreción. Se pone al fuego y se sirve muy caliente, porque es también bebida de invierno, si bien tampoco se deja hervir.

*Groq:* mezcla, a voluntad, de agua y canyey, especie de aguardiente de caña.

*Punys* (adaptación de la palabra inglesa *punch):* mezcla de ron o coñac con agua, azúcar y corteza de limón. Se sirve frío o caliente, a voluntad.

*Punys d'ous:* agradable bebida, reservada para las grandes solemnidades y para la celebración del carnaval o de alguna otra fiesta. Sus proporciones son: por cada yema, una cucharada sopera de azúcar y una copa de ron o coñac. Bátense en primer término, y a la vez, las yemas y el azúcar; se agrega después el licor, y revolviéndolo mucho con la cuchara, a fin de que el azúcar acabe de disolverse, se va echando de muy alto, a discreción, un chorro de leche muy caliente para que se forme espuma. Las copas, una vez llenas, suelen rematarse con una cucharada de clara de huevo, batida a nieve, como dicen los del oficio. Consérvanse todavía hermosas poncheras, de porcelana de China, y los correspondientes historiados cucharones de plata con mango de concha, para llenar las sopas.

*La cocina de Ibiza*

La cocina ibicenca tiene una larga y acrisolada tradición. Las grandes casas mallorquinas, los vetustos y venerables palacios de los *botifarres* tenían en sus amplias cocinas, y ésta era cosa poco menos que obligada para las clases altas, una cocinera de Ibiza. Estas viejas mujeres sabían de fogones, de dulcerías, de hornos, de todas las filigranas de amasar empanadas y endulzar pastas. Eran unas mujeres llenas de sabiduría, amigas de los platos fastuosos, y brujas blancas, luminosas, en el manejo del blanco azúcar.

Que en Mallorca la cocina de Ibiza o, por lo menos, la cocinera ibicenca gozara de un indiscutible prestigio quiere decir que en la isla se habían aprovechado, hasta el infinito, todas las posibilidades que daban el mar y la tierra, y toda la sabiduría mediterránea, en las mágicas transmutaciones de los alimentos.

Hoy, Ibiza es un mundo turístico de muy difícil autenticidad en lo que a la gastronomía se refiere. Sin embargo, en los platos autóctonos sigue pesando el gusto para imaginar una cocina dulce y la experiencia necesaria para hacer de manera perfecta los platos más sencillos. En lo que se refiere a pescados, amén de los platos comunes a todo el Mediterráneo, existe una comida que liga con las glorias de la cocina provenzal: la *burrida de ratjada.* Pero así como la *burrida* provenzal es una sopa de pescado, densa y rica, ilustrada por una impoluta pomada de



ajiaceite, la *burrida de ratjada* es un plato muy distinto, a pesar de que ostente el mismo nombre. He aquí su receta:

«Se ponen a hervir, con poca agua, los pedazos de *ratjada* (raya); al estar medio cocidos se escurre el caldo (pues es un pescado de sabor muy fuerte) y vuélvense a poner al fuego, con poca agua también. Aparte, en el mortero, se pican dos cabezas de ajos, una galleta o unas migas de pan tostado, un poco de perejil, unas almendras fritas, un huevo batido y un poco de aceite. Después de bien mezclada, se cubren con esta salsa los pedazos de *ratjada* y se dejan acabar de cocer a fuego lento».

Al lado de esta especialidad está el *guisat de marisc* –una olla de pescado, olorosa y de grato recuerdo– que se hace con lapas y caracoles marinos bien escaldados, con la correspondiente picada de almendras fritas, ajos y perejil.

En lo que respecta a la langosta al estilo de Ibiza, hemos de recalcar que debe ser *Palinurus vulgaris,* o sea, la pescada en el litoral de la isla, y no el *Palinurus regius,* la langosta argelina, manjar soso e insípido.

Un buen cocinero ibicenco, Juan Masquefa, nos ofreció hace años la fórmula:

«Se tendrán preparados unos diez calamarcitos de igual tamaño, rellenos de un picadillo compuesto de los pescados de roca, araña y rata sobre todo, mejillones y huevo duro. En una cacerola llana, puesta al fuego con un poco de aceite, se rehogan unos dientes de ajo y luego una discreta cantidad de pulpa de tomate. Se coge la langosta cruda, y mejor si está viva, se abre por la mitad a lo largo y se coloca dentro de la cacerola, como también los calamares que tenemos preparados. Se da un momento de cocción viva y se le echa una copa de cazalla, se tapa bien y se termina de cocer dentro del horno, y se sirve la langosta colocada dentro de la fuente; a su alrededor se disponen los calamares y, si a mano vienen, unas escupiñas, exquisitos moluscos, cocidos al vapor y que se han de salsear con la misma salsa de la langosta».

Al margen de la cocina de pescado, es interesante el *sofrit pagés,* plato de primera fuerza, cuya receta no podemos resistirnos a copiar:

«Hacer un buen caldo de gallina y cordero y después escurrirlo. Poner una olla al fuego con un poco de manteca y unos pedazos

de tocino; al freír se echan en ella tres cabezas de ajos, unos pedazos de sobrasada y de botifarrón, un poco de perejil y un puñado de patatas pequeñitas y enteras. Cuando están bien sofritas, añádense dos cucharones de caldo, la carne, un poco de azafrán, canela, pimienta, pimentón y clavo. Ir sacudiendo la olla hasta estar bien cocido, a fuego lento».

El *cuinat* se hace con habas peladas y es una especie de potaje en el que entran también acelgas, aceite, ajo, cebollitas tiernas y unas hojas de *herbassana,* que es la hierbabuna castellana. Existen también las *greixoneras,* como en Mallorca, y la considerable e ilustrísima salsa de Nadal, es decir, la salsa de Navidad. Ante un plato como éste, nos parece ocioso entrar en deliquios líricos. Será mucho más sano y provechoso para el lector que copiemos dócilmente la receta:

«Previamente se preparan las almendras, escaldándolas y quitándoles la piel antes de tostarlas ligeramente. Después de estar molidas se les mezclan los huevos necesarios hasta formar una pasta bien trabajada y dura. Aparte, se hace un buen caldo de carne mezclada (cordero, ternera, lechona y pollo), al que se añade un pedazo de sobrasada, otro de tocino, una pizca de sal, algo de azafrán y un poco de pimienta negra. Póngase el caldo, pasándolo por el colador, en una olla de barro, nueva si es posible, y échese en él la pasta de las almendras con los huevos, disolviéndola bien antes de ponerla al fuego. Añádase azúcar en cantidad suficiente para que sea bien dulce, y un poco de canela en polvo y clavo. Revuélvase continuamente, siempre en el mismo sentido, con una cuchara de palo, y déjese hervir, sin parar de revolver, por espacio de una hora aproximadamente, a fuego vivo y sostenido. Teniendo cuidado de hervir la salsa cada dos o tres días, puede conservarse por espacio de algún tiempo. Hay que hervirla cada vez que se sirva».

El cerdo es excelente y la charcutería merece el tratamiento de ilustrísima en la episcopal ciudad de Ibiza. Con el cerdo se hace un *arrós i guisat d'oreies i carassa de porc,* es decir, de mejilla y orejas de cerdo, que se ilustra con alcachofas, con guisantes, con ajos y con perejil. Están también los fideos cocidos con hígado de cordero, plato con el cual no comulgamos pero que tiene sus claros adeptos. En volátiles, la cocina ibicenca es tan rica como la mallorquina y, por lo que respecta a las dulcerías, las hay de primera calidad, como hemos dicho y repetido: el *flaó,* que es una tarta ponderada, gustosa y perfumadísima; las *oreites,*



anisadas y selectas, y, sobre todo, un plato de clara influencia italiana, pero perfeccionado por el genio repostero de las cocineras ibicencas, como son los macarrones de San Juan, cuya fórmula –parecida, en dulce, al inmortal potaje a la Camerani que Grimod de la Reynière nos cuenta en sus libros– ofrecemos para el seguro deleite de los lectores golosos, que tenemos la esperanza que sean cuantos lean esta modesta y bien intencionada obra:

«Se cuecen los macarrones en leche ligeramente azucarada, a la que se añade la cáscara de un limón y unos pedazos de canela en rama. Ya cocidos, se va esparciendo en una fuente una capa de macarrones y se cubre con otra de azúcar, canela molida y queso rallado: encima, otra capa de macarrones y así sucesivamente. Se sirven fríos».

## Selección de recetas

### SOPA SECA MALLORQUINA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 col algo grande | 2 dientes de ajo |
| 2 cebollas grandes | pan mallorquín (no contiene sal) |
| 2 pimientos del tiempo medianos | 1 decilitro y medio de aceite |
| 3 tomates maduros también medianos | perejil |

En una cacerola, puesta al fuego, se fríe la cebolla trinchada, los pimientos, a cuadros pequeños, y el ajo picado. Cuando empieza a dorarse la cebolla, se incorpora el tomate, pelado, limpio de semillas y picado, así como perejil trinchado. Una vez rehogados estos ingredientes, se añade la col, lavada y cortada a pequeños trozos, que se rehoga también. Se agrega agua hirviendo, en cantidad suficiente para la cocción de la col y para cuatro comensales; sazónese con sal.

Se pone, a fuego suave, una cazuela de barro, que será la misma con la que se servirá esta sopa a la mesa, y se cubre su fondo con una capa de rebanadas de pan delgadas, sobre la cual se coloca otra de col y demás hortalizas; se repite esta operación (capas sucesivas de pan y hortalizas) hasta terminar los ingredientes. Entonces se vierte el caldo, en cantidad suficiente para que el pan lo absorba, y se echa un chorrito de aceite crudo.

Tápese bien la cazuela con el fin de que conserve todo el aroma del humeante líquido. En Mallorca comen esta sopa caliente o fría y hasta puede hacerse de un día para otro. También se cuenta que antiguamente la comían acompañada de abundantes granos de uva.

Nota: puede sustituirse la col, por coliflor, repollo, bróquil, espinacas, acelgas, espárragos silvestres, etcétera.

### FRITO VARIADO

| | |
|---|---|
| hígado y bofe (pulmón) de cerdo, cortado en trozos pequeños | 1 ajo<br>1 tomate |
| manteca | canela en polvo |
| 1 cebolla | gajos de naranja |



Se pone en la sartén una cucharada de manteca de cerdo y un pequeño vaso de agua por 400 gramos de frito.

Cuando empieza a hervir, se adicionan los trozos de hígado y bofe, espolvoreados de sal; se dejan freír, una vez reducida el agua, y, en este punto, se añade un sofrito de cebolla, ajo y tomate, preparado al efecto.

Una vez todo bien cocido, se rectifica de sal, y se añade un poco de canela en polvo y *grell,* o sea, gajos de naranja sin pepitas.

Viértase en la fuente y sírvase a la mesa.

### HUEVOS AL MODO DE SÓLLER

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 8 huevos | 50 gramos de mantequilla o aceite |
| 4 rodajas anchas de sobrasada (o bien ocho estrechas) | 1/4 de litro de leche<br>1 cucharoncito de caldo de pescado |
| 4 cucharadas colmadas de guisantes | |
| 1 zanahoria mediana | aceite para freír los huevos |
| 1 puerro grueso | sal |

En una cacerola pequeña se rehogan, con la mantequilla, el puerro y la zanahoria, cortados en rodajitas delgadas, junto con los guisantes.

Una vez rehogados, se añade la leche, el caldo de pescado, caliente, un poco de sal, un terroncito de azúcar y se deja hervir lentamente hasta que estén cocidos.

Entonces se pasa todo por el pasapurés o cedazo, con lo que se obtiene una salsa, ni muy clara ni muy espesa, que se rectificará de sal y se conservará en caliente hasta el momento de enviar los huevos a la mesa.

Momentos antes de servir, se fríen los huevos y las rodajas de sobrasada.

Finalmente, se disponen las rodajas de sobrasada, sin la piel, en la fuente de servicio, y, encima de cada una, se colocan dos huevos fritos; por último, se cubren con la salsa de guisantes preparada en primer término.

Sírvanse bien calientes.

### CARACOLES CON SOBRASADA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 3 o 6 docenas de caracoles por persona (depende del yantar y de la apetencia de los comensales) | 4 tomates también medianos, pelados y picados<br>250 gramos de sobrasada<br>1 decilitro y medio de aceite |
| 150 gramos de jamón a cuadritos | |
| 2 cebollas medianas trinchadas | 1 cuarto de litro de leche |
| 2 dientes de ajo picados | 1 cucharada de harina |

| | |
|---|---|
| 2 copas de coñac | pimienta en polvo |
| 1 vasito de vino blanco | sal |

Los caracoles, previamente ayunados y limpios, se cuecen, según costumbre, con hierbas, sin descuidar el hinojo, la mejorana y la hierbabuena.

En una olla o cazuela se fríe con el aceite, el jamón, la cebolla y los ajos; cuando se ha dorado la cebolla se añade el tomate, que se deja freír también, y se incorpora seguidamente el coñac y el vino blanco; se reduce el líquido encendiendo el coñac para la evaporación del alcohol y se espolvorea con la harina, que se rehoga un poco.

Se remueve el conjunto con la espumadera. En este momento, se echan la leche, la sobrasada y los caracoles, cocidos y bien escurridos; se cubren con caldo o agua y se cuece todo, con la adición de alguna verdura o tubérculo, como patatas o cuadritos, judías verdes, brotitos de bróquil, etcétera.

Rectifíquese de sal. Cuando la verdura está cocida puede servirse el plato, del que no habrá salsa en demasía, sino la precisa para cocer la verdura.

Si se desea que los caracoles sean picantes, añádase guindilla en el agua de la cocción.

Sírvanse bien calientes.

## SOPA DE CANGREJOS DE MAR

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 2 docenas de cangrejos medianos (más o menos, según el tamaño) | 2 copitas de coñac |
| 1 puerro gordo | 1 decilitro de aceite |
| 1 cebolla mediana | 1 cucharadita de pimentón |
| 2 tomates medianos picados | unas hebras de azafrán |
| 1 trocito de apio | unas rebanadas delgadas de pan mallorquín (sin sal) ligeramente tostadas |
| 1 ajo | 1 diente grande de ajo, picado |
| 1 atadillo de hierbas que contenga tomillo, laurel, hinojo y orégano | pimienta en polvo y sal |

En una cacerola puesta al fuego, con el aceite, se rehoga la cebolla, puerro y apio cortado en trozos delgados, junto con el atadillo y el ajo; cuando empieza a tomar color, se añaden los cangrejos, el pimentón y el tomate; se rehoga todo a fuego activo, removiéndolo con la espumadera, y cuando el tomate está frito, se añade el coñac, prendiéndole fuego para que se evapore el alcohol. Una vez reducido el coñac, se echan uno o dos cacillos de caldo y el azafrán. Tápese la cacerola y hágase cocer unos 20 minutos.

Pasados éstos, se machaca todo (cangrejos y hortalizas) en el mortero, después de separar el atadillo de hierbas, reduciéndolo a pasta, y, seguidamente, se pasa por el tamiz. El puré de cangrejos resultante se recoge y se pone en una olla o marmita, en la que tendremos el pan, en proporción suficiente para obtener una sopa cremosa, pero no demasiado espesa.



Se agrega un litro (algo largo) de caldo y se pone la olla al fuego para que rompa el hervor; se bate la sopa hasta dejarla bien fina, se espuma, se rectifica de sal y se añade un poco de pimienta (si se desea). Se sirve bien caliente.

Puede sustituirse el pan por macarrones, fideos u otra clase de pasta.

## LENGUAS DE CERDO CON SALSA DE GRANADAS

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 2 lenguas de cerdo | 1/2 kilo de patatas |
| 1 vaso de vino rancio seco | 1 cebolla mediana |
| 1 granada grande | 200 gramos de manteca de cerdo |

Las lenguas se escaldan en agua hirviendo y se pelan, rascándolas con un cuchillo pequeño. Se doran al fuego, con manteca, en una *greixonera* (cazuela de barro) o cacerola, previamente espolvoreadas con sal.

Cuando empiezan a dorarse, se añade la cebolla picada y, cuando ésta tenga color (procurando que no se queme), se incorporan los granos de la granada, que se dejan unos minutos, removiéndolos con la espumadera de vez en cuando, y se echa el vino y un cacillo de caldo. Cocción lenta y continuada hasta que las lenguas estén cocidas.

Las patatas se cortan en rodajas finas y se fríen en poca grasa (manteca o aceite), sazonadas con sal y con la sartén tapada.

Para servirlas, se cortan las lenguas, se colocan en la fuente o se vuelven a la *greixonera*, se cubren con la salsa de granadas y se ponen las patatas fritas a un lado.

## CODORNICES EMBORRACHADAS

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 8 codornices | 1 vasito de leche |
| 1/2 litro de vino blanco | 1 huevo batido con una cucharadita de azúcar |
| 2 copitas de coñac | 1 cucharada colmada de manteca de cerdo |
| 100 gramos de tocino entreverado | |

Las codornices bien limpias y sazonadas de sal, interior y exteriormente, se ponen en una olla panzuda (baja), con la manteca y el tocino, cortado delgado y a cuadros de unos dos centímetros. Las codornices se van volviendo con la paleta con el fin de que tomen color por todos los lados.

Cuando están doradas, se incorporan el vino y el coñac y se elimina el posible exceso de grasa. Se tapa la olla, poniendo un papel de estraza

bajo la tapadera, y se deja hasta que el vino se haya reducido un poco más de la mitad.

Se sacan las codornices, que estarán cocidas, y al jugo, que se mantendrá caliente, se le añade el huevo mezclado con la leche.

A la olla se le imprime un movimiento de rotación con el fin de que se efectúe la mezcla del jugo con la leche y el huevo, que lo espesará ligeramente. Se vuelven las codornices a la olla y se sirven en la misma.

## ARROZ CON PULPO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 kilo de pulpo | 1 diente de ajo |
| 400 gramos de arroz | 1 cucharadita de pimentón |
| 1 cebolla mediana | 3 cucharadas de guisantes cocidos |
| 1 pimiento mediano | 2 cucharadas colmadas de harina |
| 3 tomates medianos pelados, sin semillas, y picados | 1/4 de litro de aceite |
| | sal |

El pulpo, una vez limpio, se hierve con agua ligeramente salada. Una vez cocido, se le cortan los tentáculos, que se pasan por harina y se fríen en aceite; se sirven al mismo tiempo que el arroz.

En una cazuela de barro, con aceite, puesta al fuego, se fríen la cebolla picada, el pimiento a cuadros y el resto del pulpo cortado a trozos. Cuando la cebolla empieza a tomar color se agrega el ajo picado, el pimentón, y, seguidamente, el tomate, que se deja sofreír. El arroz se hará con doble volumen de caldo, que puede ser de pescado, o el que ha formado el pulpo al cocerse; cuando se va a echar el caldo se le dan al arroz unas vueltas con el sofrito, con ayuda de la espumadera, y se le incorporan los guisantes. Cocción viva, sobre todo al principio.

Rectifíquese de sal y añádase un poco de pimienta (si se desea).

Déjese algo caldoso. Se sirve en la misma cazuela junto con los tentáculos del pulpo fritos.

## PUNYS D'OUS

(Bebida para bodas y celebraciones importantes)

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 6 huevos | algo menos de 1/2 litro de leche (unos 4 decilitros), muy caliente |
| 6 copitas de ron | |
| 8 cucharadas de azúcar | |

En un recipiente más bien hondo se ponen las 6 yemas de los huevos, el ron y 6 cucharadas de azúcar.



Con ayuda de una espátula o de un cucharón de madera de mango largo, se mezcla todo concienzudamente, a fin de que el azúcar se disuelva por completo.

Acto seguido se procede a verter la leche, desde cierta altura y poco a poco, para que no haga espuma.

La bebida resultante se reparte en copas o vasos de ponche, que se llenarán en sus tres cuartas partes.

Previamente se habrán batido tres claras de huevo a punto de merengue y se les habrá adicionado el azúcar restante.

De este batido de claras y azúcar se pondrá una cucharada en cada copa o vaso de ponche.

## TORDOS CON LECHE

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 8 tordos gordos | 250 gramos de coles de Bruselas limpias y cocidas |
| 1 cebolla grande | 100 gramos de manteca de cerdo |
| 1 vasito de vino rancio seco | sal |
| 1/4 de litro de leche caliente | |

Los tordos, una vez limpios y sazonados de sal, se doran con parte de manteca, en una cazuela de barro. Cuando están medio dorados se incorpora la cebolla, picada o cortada en láminas delgadas y sueltas, que también se dora ligeramente, junto con los tordos. En este punto se añade el vino y se tapa la cazuela para que éste reduzca a la mitad; a continuación se agrega la leche y se vuelve a tapar el utensilio hasta la total cocción de los tordos.

Momentos antes de estar completamente cocidos se incorporan las coles de Bruselas, que, aparte, se habrán salteado ligeramente con manteca; se colocan alrededor de los tordos. Unos minutos más de cocción.

Sírvase en la misma cazuela.

## OLIAIGUA AMB TOMAQUET

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 cebolla algo grande | 1 decilitro de aceite o manteca de cerdo |
| 2 tomates maduros de tamaño mediano | 1 cucharada de pimentón dulce |
| 2 dientes de ajo | pan para las sopas |
| 1 pimiento verde | |

En una cacerola o cazuela se pone la cebolla, cortada en trozos largos y delgados, los tomates, partidos en pedazos algo grandes con piel y semillas,

el pimiento, troceado, y los ajos un poco picados; todos estos componentes de la sopa, a los que se añade un vaso de agua, se ponen a cocer.

Mientras el fuego cumple su misión, el contenido de la cacerola se remueve varias veces con la cuchara de madera hasta que la cebolla y el pimiento están cocidos, añadiendo, si es preciso, alguna cucharada más de agua y sin olvidar que, al terminar la cocción, deberán quedar secos.

En este punto se le añade el aceite y no se deja de remover hasta que queda frito o ligeramente dorado; entonces se incorpora el pimentón. Remuévase el sofrito y mójese con un litro largo de agua caliente, sazónese con sal y manténgase en la lumbre hasta que forme en la superficie una especie de espumilla o capa blanca, señal de que pronto va a romper a hervir.

En ese preciso momento se separa del fuego y con el caldo se van escaldando rebanadas de pan delgadas previamente puestas en cuatro platos soperos. Hay personas que tienen el hábito de mantener tapadas las sopas con otro plato durante un breve periodo de tiempo, a fin de que conserven el aroma del humeante líquido.

## SANGRÍ MENORQUÍ

(Esta bebida caliente tiene cierta semejanza con la sangría actual)

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 litro y medio de vino tinto | la corteza, bien delgada, |
| 3/4 de litro de agua | de un limón o de una |
| azúcar a discreción | naranja |
| 1 canutillo de canela en rama | ralladuras de nuez moscada |

En un puchero o marmita puesto al fuego se echan el vino tinto, el agua, el azúcar, el canutillo de canela, la piel del limón y las ralladuras de nuez moscada.

En el preciso momento que forme en su superficie una capa blanca o espumilla, indicio de que está a punto de hervir, se retira del fuego, pues no deberá cocer.

Hay quien le añade alguna tostada, que se saca del *sangrí* al quedar embebida y esponjosa. Se sirve bien caliente, ya que se trata de una bebida para los días más rigurosos del invierno.

## SALSA MAYONESA Y ALIOLI MENORQUÍN

*Para dos salseras*

| | |
|---|---|
| 2 o 3 yemas de huevo | equivalente en zumo de limón |
| 1/2 litro de aceite | un poquito de pimienta blanca |
| 2 cucharadas de vinagre o su | en polvo (facultativo) |



Pónganse las yemas en un bol o ensaladera de loza, añádase la sal, la pimienta y una cucharada de vinagre.

Trabájese con la ayuda del batidor pequeño por espacio de unos minutos y adiciónesele acto seguido el aceite, en chorrito continuo.

La salsa aumentará y se espesará. Si durante la adición del aceite la salsa espesara más de lo debido, se le añade el resto del vinagre.

Rectifíquese la sal y al estar terminada la salsa se le agregan dos cucharadas de agua hirviendo.

Esto último tiene por objeto asegurar la cohesión de los ingredientes que la componen. Si al bol en el que vamos a montar la salsa le ponemos antes dos dientes de ajo y los mojamos muy finamente hasta convertirlos en pasta, procediendo luego a la confección de la mayonesa, tendremos el popular alioli menorquín.

## TUMBET DE PESCADO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 500 gramos de pescado tal como rape, mero, merluza, etcétera, cortado en filetitos | 4 patatas de regular tamaño |
| | 1 vasito de vino blanco |
| 2 berenjenas grandes | 1 diente de ajo |
| 2 grandes pimientos | 1 limón |
| 1 cebolla mediana | 1 hoja de laurel |
| 3 tomates grandecitos | canela en polvo |
| 1/4 de litro de aceite | 2 terrones de azúcar |

El pescado, desprovisto de pieles y espinas, se corta en pequeños filetes, que se colocan en una tartera o placa con bordes, se sazonan con sal, zumo de limón un hilillo de aceite y el vino blanco y se cuecen en el horno; también puede emplearse para este plato pescados ya cocidos y hasta fritos, sin pieles ni espinas.

Las patatas se cortan en rodajas, se espolvorean de sal y se fríen en poco aceite, con la sartén tapada.

Las berenjenas se pelan, se cortan también en rodajas, se pasan por harina y se fríen. Los pimientos, una vez asados, se pelan, se dividen en trozos algo gruesos, se espolvorean con un poco de sal y se fríen también. Mientras se cuece el pescado y se rehogan las hortalizas se prepara la salsa siguiente.

En una cacerola, con aceite (puede emplearse, si ha quedado, el de las berenjenas y las patatas fritas), se fríe la cebolla y el ajo picados, junto con el laurel; cuando la cebolla está dorada se añaden los tomates a trozos, sal, un poco de canela y otro de azúcar. Se cuece la salsa lentamente, por espacio de unos veinte minutos, añadiendo el jugo que haya formado el pescado al cocerse. Se pasa por el colador o cedazo y debe quedar más bien algo espesa.

Para montar el *tumbet:* tómese una *greixonera* o bien una fuente refractaria al horno y cúbrase el fondo con una capa de patatas fritas, encima una capa de pescado, sobre éste, una tercera de berenjenas y pimientos, encima, otra capa de patatas, luego el pescado restante y se termina con berenjenas y pimientos, todo bien colocado. Se cubre con la salsa y se mete unos 20 minutos a horno algo vivo. Sírvase bien caliente en el mismo recipiente.

## GREIXERA DE MACARRONES

*4 personas*

400 gramos de macarrones
150 gramos de mantequilla
150 gramos de queso mahonés seco rallado
1/4 de litro algo largo de leche
4 huevos
canela en polvo

Los macarrones, cortados en trozos (actualmente en el comercio se venden macarrones partidos así), se ponen a cocer con agua y sal en una cacerola ancha y de bordes bajos.

Al estar casi cocidos, se escurren y se vuelven a cocer en la leche, que habremos calentado ya y tendremos preparada en cantidad suficiente para que acaben de cocerse los macarrones y queden casi secos.

Entonces se les añade tres cuartas partes del queso, un poco de canela. Se rectifica la sal. Mézclense bien y pónganse en una *greixera* (grasera); se cubren luego con el queso restante, más un poquito de canela por encima y los huevos duros, cortados cada uno por la mitad y enterrados en los macarrones, un poquito de mantequilla sobre cada medio huevo, y el resto se reparte por encima de los macarrones.

Pónganse a gratinar en el horno y sírvanse recién salidos del mismo.

## CALDERA MENORQUINA DE MURENA

*4 personas*

1 murena de buen tamaño
250 gramos de cebollas
250 gramos de tomates maduros
3 dientes de ajo
2 cucharadas de pimentón dulce
1/4 de litro de aceite
perejil

Para pelar la murena se le corta la piel –puede pelarse o no, ya que la piel es tan fina como la carne–, se le sujeta la cabeza con un trozo de paño y se tira de la piel hacia abajo.

Se toma un caldero o cazuela honda, se echa en el recipiente la murena, limpia en agua de mar y troceada, la cebolla, en rodajas delgadas, el tomate, a trozos, los ajos, aplastados, unas ramitas de perejil, el pimentón y el aceite.

Se cubre todo con agua de mar. Esta preparación ha de hacerse en crudo. Se tapa la cazuela y se pone a fuego vivo –de leña, a ser posible– ya que la cocción ha de efectuarse con rapidez.

Debe servirse en la misma cazuela o caldero y, para escaldar el pan que cada comensal tendrá preparado, se sacará caldo con el cucharón.

Los pescadores acostumbran a tostar en el rescoldo la rebanada de pan que les sirvió de plato y quedó, por tanto, bien empapada. La llaman *gofia* y se la comen de postre.

## HUNKAR-BEGENDI

*4 personas*

6 berenjenas medianas e iguales en tamaño (3/2 por comensal)
200 gramos de carne de salchichas u otra clase de carne, pasada por la máquina de trinchar
80 gramos de arroz cocido
1 cebolla mediana trinchada
1 diente grande de ajo picado
2 tomates medianos y picados
1/2 cucharada de pimentón
1/2 vaso de vino blanco
1 huevo
1 cucharada de queso rallado mezclada con dos cucharadas de pan rallado y un poco de perejil picado
3 decilitros de aceite
canela en polvo
sal

Las berenjenas, partidas por la mitad, en sentido longitudinal, y ligeramente ralladas con el cuchillo para que penetre el aceite al freírlas (pueden hervirse también), se fríen y se les saca la pulpa, que se reservará.

Los cascos de berenjenas se ponen en una placa con bordes o tartera, se espolvorean ligeramente de sal y se rellenan con la siguiente farsa o picadillo: en una sartén, con aceite caliente, se fríe la carne picada, cruda, ligeramente espolvoreada de sal; cuando está a media cocción se añade la cebolla y ajo, se espolvorea con el pimentón y, por último, se agrega el tomate, regándose todo con el vino.

Cuando el líquido haya reducido casi totalmente se incorpora el arroz y la pulpa de las berenjenas anteriormente reservada.

Se saltea todo en la sartén y se retira del fuego; se añade el huevo batido y se sazona con la canela y sal, si es preciso.

Las berenjenas, una vez rellenas, se espolvorean con el queso, mezclado con el pan rallado, se echa un hilillo de aceite por encima y se gratinan en el horno.

Para servirlas, colóquense en la fuente y rocíense con la grasilla que hayan formado al asarse.

## EMPANADA MALLORQUINA

*4-5 personas*

1/2 kilo de cordero de la pierna (sin hueso)
200 gramos de tocino entreverado
250 gramos de sobrasada
1 cebolla mediana
1 diente de ajo
1 vasito de vino blanco
un poco de azafrán molido
pimienta en polvo

Para la pasta:
700 gramos de harina de flor
250 gramos de manteca de cerdo
8 gramos de levadura
1 copita de aguardiente
agua templada

La pasta: en un lebrillo o sobre la mesa se pasan por el tamiz 600 gramos de harina, se hace un hueco en su centro y se echan en él la manteca derretida, la levadura, prensada y desmenuzada, el aguardiente y algo menos de un cuarto de litro de agua. Se amasa hasta que dé por resultado una masa más bien dura, que se suelte fácilmente del lebrillo y de las manos. Déjese reposar, cubierta con un paño, para que efectúe su fermentación, en sitio algo templado, por espacio de unas horas (hasta que haya crecido el doble).

El relleno: la carne de cordero, sin hueso alguno, se corta a trozos pequeños, que se sazonan con sal, un poco de pimienta y un poquito de azafrán pulverizado y se fríen en la sartén junto con el tocino, cortado a cuadritos; cuando están fritos, se añade la cebolla y el ajo picados, que se rehogan con los anteriores ingredientes.

Después se escurre un poco la grasa, si la hubiese en demasía, y se echa el vino blanco; cuando éste haya reducido a la mitad, se mezcla la sobrasada, a trocitos del tamaño de un garbanzo, y se deja enfriar.

Sobre la mesa o mármol, espolvoreada de harina, se estira la masa con el rodillo, y se cortan dos círculos grandecitos, uno un poco mayor que el otro. El más grande y también un poco más espeso, se pone sobre una placa de pastelero, untada de manteca, y en su centro se coloca el relleno de cordero y sobrasada, se cubre con el otro círculo de pasta, juntando bien los bordes, que se habrán untado con un poco de huevo batido y se hace un reborde con los dedos o se pasa la espuela por la línea de unión.

La empanada se guarnece o decora con algunos detalles delgados de los restos de masa, se pinta superficialmente con huevo, se pincha con un tenedor y se cuece en el horno.

## PAVO DE NAVIDAD A LA MENORQUINA

*6-8 personas*

1 pavo de unos cuatro kilos, sacrificado dos días antes, desplumado pero sin escaldar, limpio por dentro y por fuera y al que se habrá dejado un buen trozo de piel en la parte que cubre el buche
unos 400 gramos de miga de pan rallada y tostada al horno o a la sartén
150 gramos de mantequilla
100 gramos de almendras peladas y cortadas a rajitas y tostadas ligeramente
100 gramos de pasas de Málaga desprovistas de huesos
la corteza rallada de un limón
30 gramos de azúcar o, en su lugar, miel
canela en polvo
1 kilo de patatas, a ser posible nuevas, pequeñitas y enteras; peladas
1 vaso de vino rancio
300 gramos de manteca de cerdo
sal

Relleno para el pavo: la miga de pan se pone en un lebrillo y se le añade la mantequilla líquida –la que pueda absorber–, el azúcar o miel, las pasas, las almendras, las ralladuras de limón y un poco de canela.

Se mezcla bien con la ayuda de la espátula o cuchara de madera. Este relleno se introduce en el buche del pavo, recogiéndolo después con la piel que hemos dejado expresamente.

Una vez preparado, se cose con bramante, se le espolvorea sal, se pone en una grasera o cazuela grande, con manteca de cerdo, y se mete en horno moderado, a fin de que el ave vaya haciéndose sin perder exceso de calorías. Se dora bien por todos los lados, al tiempo que se la rocía de vez en cuando con su misma grasa, más el vino rancio seco y algún cacillo de caldo, al objeto de lograr un excelente jugo.

Las patatas se cuecen durante 5 minutos en agua y sal, se escurren y se doran con manteca de cerdo. Una vez doradas se les escurre la grasa y se les añade un poco del jugo del pavo *(grevi).*

Sírvase el pavo desprovisto del bramante y preséntese, en la fuente, entero o cortado, rodeado de las patatitas y rociado con su jugo. El relleno puede servirse aparte, frío o caliente.

También es costumbre rellenar el buche del pavo con un picadillo de carne, gallina o jamón, o salchichón, sobrasada y tocino, así como también a base de patatas de Málaga o boniatos asados y sazonados con mantequilla, leche, azúcar, canela, corteza de limón rallada y nuez moscada.

# Valencia

En el campo venturoso
donde con clara corriente
Guadalaviar hermoso
dejando el suelo abundoso
da tributo al mar potente...

Gaspar Gil Polo

«Tierra de Dios, ayer trigo y hoy arroz.» Este es el rotundo refrán, tan acreditado en el reino de Valencia. Arroz significa agua; agua significa huertos y regadíos, feracidad, alegría, vitalidad. El arroz entró en Europa a través de los árabes y tiene en Valencia un sólido asiento. Es, ciertamente, un alimento de pueblos pobres, pero también se encuentra en los grandes platos de las mejores cocinas del mundo. La cocina china, al lado de la mayor suntuosidad que imaginarse pueda, apronta siempre sus humildes tazones de arroz, como sustitutivo del pan. Y lo mismo ocurre en la cocina tailandesa, consecuencia directa, dulce y especiada, de la China, y en la malaya, la javanesa, la criolla y tantas y tantas cocinas que hemos conocido. Adquirimos en Japón un célebre libro, publicado en inglés y titulado *Rice and Spice,* en el cual se describe el opulento panorama del arroz en el mundo. Apenas existe en el planeta una latitud que no tenga –ya sea genuino, ya sea de importación– un plato de arroz.

Este mismo libro permite darse cuenta de que España ocupa un lugar justo y privilegiado en la cocina del arroz. Y esta cocina española del arroz procede casi toda de Valencia.

Los musulmanes, según la tradición, trajeron el arroz a España y se enraizaron sobre todo en los lugares donde podían cultivarlo. Entre éstos, naturalmente, la huerta valenciana. Desde siglos el arroz, barato y nutritivo, es el alimento base de los valencianos.

Como es natural, la palabra arroz viene del árabe: en árabe es *ruzz.* Esta palabra procede de la India, como la palabra griega *oryza,* que también significa «arroz», y de la que descienden la italiana *riso* y la francesa *riz.* La palabra «arroz» aparece, por vez primera en castellano, en 1251. En catalán antiguo se le llamaba *ris.* Luego, suponemos que por el contacto del castellano, se perdió este vocablo y se convirtió en *arroç.*

Como hemos señalado, el arroz es el alimento básico en Valencia. No creemos que nuestros lectores nos exijan todas las variedades,

pero sí podemos adelantarles algunas de ellas. Vamos a hablar de algunos de los numerosos platos de arroz, culminando esta exposición con la paella, plato barroco de imposible clasificación, en el que se acumulan y a menudo se armonizan los más contradictorios sabores.

Los arroces más sencillos son los hechos con vegetales. El valenciano tiene una gracia extraordinaria para realizarlos con los mínimos elementos. Recordamos, por ejemplo, haber comido en casas de campesinos un arroz al horno, confeccionado sólo con garbanzos y tomates cortados en dos rojos hemisferios y horneado, bien seco, en un horno de pan. Delicioso arroz de granos sueltos, dorados, casi crujientes. Y el arroz *amb fesols i naps*, es decir, el caldoso arroz con alubias y nabos. Este arroz, alimento cotidiano de los huertanos, es una de las comidas más sobrias y sencillas que imaginarse pueda, y a la vez más sabrosas. Un célebre verso de don Teodoro Llorente y Olivares lo inmortaliza:

*Per l'horta, tocant migdia,*
*plens de infantil alegria*
*dichosos y satisfets,*
*tornavem a la alqueria*
*dos pobres fematerets.*

*L'un y l'altre, al escoltar*
*les dotse, que en só de queixa*
*els cridaven a la llar,*
*tingueren una mateixa*
*idea: la de dinar.*

*Lo mes menut, que li guanya*
*al altre que l'acompanya*
*en vivor, li digué així:*
*«Si fores lo rey d'Espanya,*
*Que dinaries tu huí?*

*Alsant lo front ple de arraps,*
*y soltant la llengua pronta,*
*li contestá: ¡Pues no hu saps?*
*¡Quina pregunta més tonta!...*
*Arrós de fesols y naps».*

*«¡Y tú?, afegí lo major,*
*Lo menut llansa un suspir*
*y torcantse la suhor*
*li replicá: Que he de dir,*
*si tu has dit ya lo millor?»*



El arroz se hace en una olla y queda caldoso. El de *fesols i naps*, rico y burgués, admite garrete, mano y oreja de cerdo y alguna que otra morcilla negra. Se llama entonces de *chagans i nanos* –gigantes y cabezudos– o de oros y bastos. Lejos de Valencia, al redactar estas líneas, nos viene una indefinible nostalgia pensando en él. Hace años que no lo hemos probado. Nuestros últimos viajes, breves y apresurados, con parada y fonda tan sólo, no eran propicios. Porque en las fondas no existe ya este manjar, que seguiríamos comiendo, como los *fematerets* si fuésemos reyes de España; reyes en casa somos, a Dios gracias, y alguna vez lo comemos, cocinado con nuestra triste imperfección.

Esta sobriedad de los valencianos queda desmentida por la suntuosidad de la paella, pero origina la terrible acusación, envidiosa e injusta, que, desdeñando lo nutritivo de sus frutos, dice: «En Valencia la carne es hierba; la hierba, agua; mujer, el hombre; la mujer, nada». Los cuatro puntos pueden ser desmentidos ampliamente: si bien no hay las mejores carnes de España, excelentes son, sobre todo en las comarcas del interior, los corderos, los cerdos y las terneras; en cuanto al valor de sus frutos –la despreciativa hierba del refrán– no hemos de insistir, que harta fama tienen en todo el mundo; sobre la calidad de sus hombres, su tenacidad en el trabajo, su apasionamiento, en algunas ocasiones hasta su áspera rudeza, tampoco hay nada que ponderar, puesto que son suficientemente conocidos; y en lo que respecta a la belleza de las mujeres –famosa es desde tiempos antiguos–, «son demasiado hermosas», afirmaba el alemán o polaco Popielovo –empleamos esta ambigüedad, porque era natural de Breslau–, en 1484, y el romántico Teófilo Gautier encontró la frase: «Aquellos negros demonios del paraíso de la huerta».

Pero volvamos a nuestras paelleras y a nuestros peroles. Ahí están los célebres arroces de ayuno, con judías pintas y patatas, o con espinacas y caracoles; o el arroz con acelgas en lugar de espinacas, que igualmente puede hacerse en sartén o en puchero; o el arroz con sepia y coliflor; todos ellos bien sazonados con azafrán y este último arroz, sobre todo, bien especiado. Luego están los grandes arroces clásicos. El arroz a la alcireña, que es una receta inmortal, laboriosa como el trabajo de la huerta. Alcira es la Algezira de los musulmanes, que quiere decir «la isla». Cuando la conquistó Jaime I, se medio enamoró de ella, en ella residió largo tiempo y en ella casi acabó sus días. Es

la tierra de los naranjos, la gran ciudad del Júcar. El poeta Ibn Jafacha, nacido en la Alcira musulmana, la describe:

«¡Oh Dios!, qué bello corría el río en su lecho, más apetecible para abrevarse en él que los labios de una bella. Curvado como una pulsera, rodeado por las flores como por una Vía Láctea.

»A veces se estrechaba hasta parecer un pespunte de plata en una túnica verde. Las ramas lo rodeaban como si fuesen pestañas que orillan una pupila zarca. El viento retozaba con las ramas y cabrilleaba el oro del crepúsculo sobre la plata del agua.

»Mientras yo ofrecía en él un vino dorado, cuyo reflejo tenía la mano de los invitados...».

Años después, el viajero Antonio de Lalaing aún recordaba los cármenes y ruzafas de las orillas del Júcar: «Están los pueblos y los jardines más hermosos que se puedan ver, adornados con higueras, naranjos, granados y otros frutos no vistos en nuestro país. Crece también allí el arroz, el azafrán y el algodón y en grandes cañas crece allí el azúcar, el cual refinan en la Ciudad de Gandía». Lalaing, que era flamenco, no añoró jamás las brumas delicadas de su país. Acompañó a Felipe el Hermoso, el marido de Juana la Loca, por España, a principios del siglo XVI, y nos describe el viaje del rey de Castilla, en el trayecto de Valencia a Játiva. Hoy Alcira no es la misma cosa, aunque sus huertos continúan siendo impresionantes y sus naranjales, maravillosos; posiblemente mucho más que en la época árabe.

Si desaparecieron casi todos sus monumentos artísticos queda, afortunadamente, el arroz a la alcireña, una de las grandes fórmulas de arroz levantinas, y al afirmar esto sabemos a lo que nos comprometemos. Es un arroz horneado, delicioso, que se confecciona de la manera siguiente: calculando para seis personas, se pone en el fuego una olla o marmita con tres litros de agua, y en cuanto arranque a cocer le echaremos 250 gramos de garbanzos –previamente remojados durante ocho o diez horas–, una mano de cerdo cortada en seis pedazos, una oreja de cerdo cortada en ocho o diez pedazos, 200 gramos de tocino cortado en pedazos regulares, una butifarra de cebolla y dos butifarras blancas, éstas enteras. Empezar la cocción lentamente pero sin interrupción; añadir todavía 4 o 6 chirivías y 4 o 6 nabos –todo mondado y cortado a rodajas un tanto gruesas–, un poco de apio, una cebolla trinchada y sal, debiendo seguir en el fuego hasta que todo quede convenientemente cocido. Mientras tanto, prepararemos dos o tres bolas de carne, que añadiremos cuando todos los elementos queden algo más que medio cocidos. Estas bolas de carne se forman trinchando lo más finamente posible 200 gramos de carne magra de cerdo y unos 60 gramos de tocino salado, trinchado también.



Terminado el trinchado, se coloca la carne en un recipiente y se mezcla con la sangre, líquida, de un pollo. Antes de cuajarse se bate con unas gotas de vinagre, cuatro cucharadas soperas de miga de pan blanco rallado, dos o tres huevos duros, sal, pimienta blanca en polvo, ajo, perejil trinchadísimo y un poco de canela en polvo. Se empasta toda la anterior preparación, que debe quedar bien espesa y trabada; se forman unas tres bolas con ayuda de la harina, añadiéndolas al cocido una vez estén modeladas; echar en el cocido un poco de azafrán, retirar los embutidos y dejar cocer lentamente el resto hasta que todo quede tierno.

Y, por último, el arroz puede marearse en una cazuela amplia de barro, en una *cocotte* o en una paellera valenciana, que resultará más en carácter. Pondremos una paellera sobre el fuego, con regular cantidad, aunque nunca escasa, de aceite y manteca de cerdo en partes iguales. Se empieza por freír tres o cuatro ajos bien trinchados; antes de que tomen color se añaden 400 gramos de arroz español; se rehoga (sofreír) bien, moviéndolo continuamente con la paleta; acto seguido se moja con el cocido completo; retirar las bolas; calcular antes el caldo; añadir, por si acaso, doble caldo que volumen de arroz en crudo; cocción rápida; muévase con la paleta; se rectifica de sal; se tapa, poniéndose a cocer; pasados dos o tres minutos de cocción se reparten por encima del arroz las bolas de carne, cortadas en rodajas, así como también las dos clases de butifarras, cortadas a través en pedazos más o menos gruesos.

La cocción del arroz puede terminarse en el horno o bien colocando a modo de tapadera sobre la cazuela una plancha de hojalata, con carbones encendidos, los mismos del fuego, y encima se pone la sartén paellera del arroz, con poco fuego debajo. Con unos dieciséis minutos de cocción queda listo. No servirlo a la mesa hasta tres o cuatro minutos después de terminada la cocción. Para este arroz hay vinos muy adecuados, además de los de Jumilla, que quizá sean demasiado vigorosos; el vino de Cuarte debidamente graduado, clarete de aspecto inocentón, nos parece adecuado, sobre todo en las casas de confianza más que en los restaurantes. ¡Aunque ya pueden ustedes buscar el arroz a la alcireña, tal como lo hemos especificado, en un restaurante!

Otro arroz muy querido por nosotros es el arroz *rosetxat,* típicamente valenciano, variación del arroz a la alcireña, quizá menos espléndido, pero que concluye también dorándose cubierto herméticamente con una lata para tapar la cazuela. Se pone mucho fuego de brasa en esta lata; en cambio, el fuego del hornillo ha de ser lento.

Si Valencia presenta su paella, que es plato de todo el reino, Alicante nos ofrece su arroz con costra. A los alicantinos les pasa, hasta cierto punto, lo que a los dos niños campesinos de la poesía de don Teodoro Llorente. Alicante es *«la millor terra del mon»* –tierra y cielo, añadimos nosotros, diamantino y eternamente azul– y su arroz considerado, por ende, una perfecta creación por sus mismos autores. A nosotros nos parece un tanto excesivo, pero cierto es que, desgraciadamente, no somos alicantinos, para apreciarlo en toda su voluptuosa vitalidad. De cuatro arroces del reino de Valencia vamos a dar receta: la paella, el arroz a la alcireña (que hemos reseñado más arriba), este arroz alicantino y el arroz abanda. He aquí el arroz con costra, al estilo de Elche o de Alicante, para cinco personas:

«En un puchero con litro y medio de agua pondremos a cocer 125 gramos de garbanzos finos (remojados antes), junto con una buena longaniza, un poco de cebolla y media hoja de laurel. Déjense a cocción lenta y seguida, hasta que queden bien cocidos y esponjosos. Al dejar cociendo los garbanzos dispondremos lo siguiente: sobre fuego pondremos una cacerola plana (puede marearse en un perol, cosa corriente en Elche), con dos decilitros de aceite o manteca de cerdo, y se empieza por freír 250 gramos, o más, de rodajas de butifarra, y en la misma grasa se le echa un pollo tierno cortado en pedazos, o pedazos de conejo, o ambas cosas a la vez.

»Remuévase todo con la espumadera, hasta que se vaya dorando; añádase un ajo trinchadito. Tan pronto quede bien dorado se echa caldo hasta cubrir la carne; déjese cocer lentamente hasta que todo quede bien cocido, pero un poco firme.

»A continuación se suele cocer este arroz en cazuela de barro cocido y barnizado, y se sirve en el mismo recipiente. Trasladaremos el guiso de pollo o conejo a esta cazuela y la pondremos sobre fuego. Échesele ahora el caldo hirviendo de los garbanzos; calculado para 400 gramos de arroz, mezclar la longaniza, que se fríe un poco y se corta a rodajas. Al arrancar a cocer se le echa el arroz; muévase bien con la paleta o espumadera; agregar también los garbanzos cocidos; rectifíquese de sal; pasados unos minutos de cocción sobre el fuego, se colocan por encima del arroz las rodajas de butifarra. Se baten tres o cuatro huevos y se reparten por toda la superficie del arroz, metiéndose seguidamente en horno fuerte, del cual se extraerá o retirará en cuanto se haya formado una bonita costra. Déjese reposar durante tres o cuatro minutos y sírvase».



Como ustedes pueden comprobar son arroces de elaboración familiar, que demuestran un gran amor a la cocina, una dedicación que la mujer y el hombre valenciano tienen muy a menudo. No hemos podido averiguar si este arroz ha tenido su origen en Alicante o en Elche. Los patriotismos locales, tan vehementes en todo el reino de Valencia, hacen imposible aclarar las cosas por vía oral. Depende de con quien uno hable. Textos escritos no los conocemos. Dejemos, pues, la incógnita en el aire y pensemos que es posible que Elche –que en el terreno de la cultura ofrece la célebre Dama, tan bella y misteriosa, a la curiosidad universal, y su no menos célebre *Misteri* cada tórrido agosto a los visitantes–, siguiendo en su camino de generosidades, ofreciera a toda la provincia de Alicante esta curiosidad del arroz a la costra.

Digamos también que existen muchas variedades de este arroz: una de ellas consiste en espolvorear los huevos batidos con queso rallado, que puede ser de Holanda, de Gruyère, o de Parma, preferible este último; entonces se gratina en el horno hasta que haga costra dorada.

Tratemos ahora de los arroces de pescados, presididos, como es natural, por el arroz abanda. Citemos, primeramente, el arroz con rape, que se inicia con un caldo corto de este pescado, y luego en cacerola se sofríe el arroz, se echa el caldo del rape y se acaba de cocer el plato al horno. Generalmente lo ponen en una fuente amplia en forma de pirámide y colocan alrededor los trozos de rape. Existen numerosas variedades: el arroz con calamares, el arroz con almejas y langostinos, el arroz con langosta e incluso el arroz con calamares en su tinta, extraordinariamente sabroso, en cuya composición entran ñoras, ajos tiernos, guisantes y, como sofrito, la pulpa del tomate. Este arroz puede servirse caldoso, y lo preferimos de este modo.

El arroz abanda se llama así porque de él se sirve, por una parte, el arroz condimentado con el sabroso caldo de los pescados ya cocidos, y por otra, éstos deben servirse en una fuente, como plato distinto y complementario del principal: el arroz. Queda a voluntad del cocinero elegir las clases de pescado y la cantidad del mismo. Los pescados cocidos se sirven con una salsa mayonesa o ligeramente perfumada con ajo crudo o una salsa vinagreta.

Para cuatro personas se deben preparar los siguientes ingredientes: un kilo de pescado, preferentemente salmonete, gallo, *rap* (rape) y langosta, una cebolla bien grande, unas ramas de perejil, un cuarto de litro de vino blanco, medio kilo de patatas, dos o tres gramos de pimiento colorado en polvo y cinco gramos de azafrán.

Todos estos ingredientes los pondremos en una olla o cacerola honda, con dos litros de agua y la sal correspondiente; cuando arranque

a cocer se espuma y se deja que la cocción prosiga lentamente durante una media hora.

Seguidamente póngase sobre el fuego vivo una sartén con dos decilitros de aceite fino; se empieza a freír un tomate trinchado, una cebolla y un ajo, moviéndose bien con la paleta. En cuanto la cebolla y el tomate empiecen a colorearse se les agrega 400 gramos de arroz y se sofríen bien, moviéndolo continuamente con la paleta. A continuación, al caldo hirviendo con que hemos cocido los pescados (estando bien calculado, doble caldo que arroz en crudo), se le añade un poco de azafrán en polvo; cocción viva, removiéndose con la paleta durante dos minutos; pasados éstos se mete en el horno durante quince minutos. Debe servirse en la misma paella. Simultáneamente, y aparte, se presentarán los pescados con la salsa, en salsera, como ya hemos indicado en un principio.

Y llegamos, finalmente, a la paella. Un sabio español, don Francisco de Paula Martí, inventor de la taquigrafía española, escribió un importante estudio sobre el arroz y su cultivo en Valencia –se publicó este estudio como adición a la *Agricultura general,* de Gabriel Alonso de Herrera, de 1513, reeditada por la Sociedad Económica Matritense en 1818–. Del trabajo de Martí reproducimos los siguientes párrafos, que pueden interesar al lector y que para el técnico son un complemento precioso de las numerosas recetas de paella y otros arroces que se incluyen en los recetarios.

> «Los valencianos tienen la vanidad, a mi parecer bien fundada, de que nadie ha llegado a saberlo condimentar mejor que ellos ni de más diferentes modos, y es preciso concederles la preferencia, pues con cualquier cosa que lo guisen, sea de carne, de pescado o legumbres solas, es, sin duda, un bocado sabroso, y tanto mejor cuanto más sustancia se le echa.
>
> »Nada tiene de extraño que los valencianos hayan llegado en esta parte a un grado de perfección desconocido en las demás provincias, por ser el alimento casi exclusivo con que se mantienen, particularmente la gente que no tiene grandes facultades, y han estudiado con este motivo los medios de hacerlo más grato al paladar. En todas partes han querido imitarlos, y para esto lo suelen dejar a medio cocer, llamándolo equivocadamente arroz a la valenciana, persuadidos de que aquellos naturales lo comen casi crudo, por haber observado que los granos cocidos quedaban enteros y separados en los guisos valencianos.
>
> »Pero el misterio de este bello resultado no consiste más que en saber proporcionar la cantidad de caldo o agua a la de arroz que guisan, de modo que quede bien penetrado al mismo tiempo de haberse consumido. Daremos, sin embargo, aquí para los curiosos las reglas que hemos observado guardan generalmente.
>
> »Para que el arroz a la valenciana salga como lo hacen aquellos naturales es preciso que se cueza a fuego muy activo, prefiriendo el de llama, a fin de que no se interrumpa el hervor. Para saber la cantidad fija de caldo que se necesita, sea cual fuere la que se pretende guisar, llevan generalmente la regla de removerlo con una cuchara de palo, y antes de que se repose enteramente la plantan en el centro de la vasija, y si se mantiene sin movimiento le añaden algo más, y repiten lo mismo hasta que la cuchara se tambalea sin caerse, que es cuando tiene suficiente.
>
> »Activan la lumbre para que levante pronto el hervor, y procuran sostenerla hasta que el caldo está cerca de consumirse, y entonces prueban el grano, a fin de ver si está bien penetrado hasta el corazón. Si lo está lo separan del fuego inmediatamente, lo dejan reposar, y aquella porción de caldo la absorbe y queda entero, bien cocido, esponjado y suave al paladar; pero si se observa al probarlo que todavía está algo duro, le añaden algo más de caldo, procurando que esté caliente, para que no se interrumpa el hervor, porque si esto sucede, el resultado es deshacerse, sin que se consiga que se penetre, quedando duro el corazón del grano. Casi nunca es necesario añadirle más caldo que el que dijimos al principio, y si acontece alguna vez es porque el arroz está muy bien granado y necesita algo más de humedad para penetrarse bien. Las demás circunstancias del condimento quedan al arbitrio del que lo guisa, y será tanto mejor cuanto más delicada la sustancia que contenga, como queda insinuado.»

Este ensayo explica el problema de la cocción del grano de arroz en la paella, base del espíritu de este gran plato. Digamos de paso que la palabra «paella» empezó a usarse en castellano modernamente, a partir de 1900, como sinónimo de arroz a la valenciana. «Paella» en catalán significa «sartén» y fue tomada del francés, a finales del siglo XIV. «Sartén», en francés antiguo, era *paele* y venía del latín *patella,* que dio, en la Edad Media, el francés *paele,* que ha sido transformado en *poêle,* que es el nombre actual en francés, y en catalán, a través del francés, *paella.* Los castellanos tenían una palabra, hoy en desuso, que era *paila,* usada en el siglo XVI y que quería decir: vasija grande de metal, redonda y poco profunda. Añadamos que los castellanos llaman «paellera» a la sartén donde se confecciona la paella valenciana.

Estudiada la cocción del grano y escudriñada la etimología, es preciso hablar de los ingredientes. Dionisio Pérez afirma categóricamente:

«La verdadera paella, la autentica, genuina y tradicional, no tiene más que anguilas, caracoles y judías verdes. Es la paella de la orilla de la Albufera, y ha de hacerse en la cacerola especial con el fondo ligeramente convexo y ha de ponerse sobre fuego de leña y ha de comerse, no acompañándola de pan, sino tirando bocados a una cebolleta».

La autoridad de Dionisio Pérez es grande, pero nosotros no podemos afirmar categóricamente que la paella se componga de estos únicos ingredientes, ni aun en su modesto origen. Carecemos de datos históricos que puedan abonar esta idea. Otros tratadistas creen que la carne apareció al lado de estos elementos, de una manera inmediata. Sea como fuere, la característica actual de la paella es precisamente su barroquismo, la enorme complicación de elementos que sólo los valencianos, o quienes de ellos han aprendido, saben combinar armónicamente. La vitalidad barroca de Valencia se salva sólo por su escandalosa, su insolente salud. El plato es de una petulancia luminosa, una pura desvergüenza gastronómica, dilapidadora, alegre, gargantuesca.

Aunque en su origen admitiera sólo pescado y vegetales, la característica actual es totalmente contraria, es decir, la más abundante riqueza de materiales. No sabríamos qué ingredientes aconsejarles, digamos tan sólo que en una paella del siglo XX, de estos años que nos ha tocado vivir, suele intervenir carne de pollo y cerdo, éste en forma de lomo, de costillar o de salchicha. Naturalmente, el pollo puede ser sustituido por el pato y los embutidos pueden ser de otra especie. En lo que se refiere a pescados, los crustáceos son muy recomendables en todos los aspectos: los langostinos, las cigalas, las gambas, el centollo e incluso la langosta, aunque ésta, para nuestro particular gusto, le da un acento demasiado grasiento. Puede ponerse también anguila y calamares. Entre los moluscos son aconsejables los mejillones, las almejas o las escupiñas, aunque no todos juntos, naturalmente, sino sólo uno de ellos. Tampoco va mal un molusco terrestre: el caracol. Entre los ingredientes vegetales gozan de preferencia la judía tierna y los guisantes, pero puede también añadirse alcachofas y pimientos. Y una legumbre: la bajoque.

Habrán notado los lectores la presencia, en muchos arroces valencianos, del azafrán. Fundamental es en la paella. El azafrán llega a España a través de los árabes. Se cultiva sobre todo en la región levantina y



en La Mancha. Aparece citado, por vez primera, en un texto de la segunda mitad del siglo XIII y la palabra viene del persa, a través del árabe: *zahfaran.* El azafrán crece espontáneamente en Persia y Asia Menor y fue conocido por los cocineros de la antigua Grecia; de hecho, lo cantó Homero. A partir del siglo XIV su cultivo en España la convierte en exportadora de azafrán al resto de Europa. Los catalanes lo llevan a Nápoles y el azafrán napolitano es una subespecie de cultivo más tardío.

No tenemos noticias de que los cartagineses hubiesen traído el azafrán a España, aunque tanto los fenicios como los púnicos coloreaban los velos de novia con el amarillo de azafrán. Añadamos que en Roma y en el Egipto romano los sibaritas bebían una bien cargada infusión de esta planta antes de entregarse a los placeres de Baco o Venus. También la medicina antigua creyó favorable su uso en la farmacopea ginecológica y confeccionó con el azafrán un narcótico anodino y soporífero aunque, según los viejos doctores, tomado en grandes cantidades –que era como debían tomarlo los anteriormente citados sibaritas– causa risas inmoderadas y convulsivas y una euforia creciente y arrebatada que puede ocasionar muerte. Dado el precio del azafrán, añadiremos que sería una de las muertes más caras que podríamos recomendar.

Tres grandes platos de la cocina universal exigen azafrán: la paella, la *bouillabaisse* y el *risotto* a la milanesa. Y un plato clásico español, que es la pepitoria. La pepitoria es un guisado que se hace, sobre todo, con despojos de ave y mucho azafrán. Tal es la definición de fines del siglo XVI. Pepitoria viene del francés arcaico *petite oie,* que quiere decir «ganso pequeño», y se llamaba así por haber sido hecha, en un principio, con los menudillos de esta ave. El plato parece ser, pues, de origen francés medieval, al que España infundió su acento azafranado. Existen varias pepitorias, según las diversas regiones españolas: la de pichones, la de codornices, la de anguilas y una –que nos eriza los pelos en la cabeza– de hígados y livianos de cordero o cabrito –liviano es el pulmón–. Esta pepitoria se hace con una salsa de avellanas, ajo, miga de pan tostado y huevo duro. Pero la más célebre es la pepitoria de gallina, de la que hablaremos en su momento. Así cantaba un dúo de ladrones de esta ave, en la antigua zarzuela *La banda de trompetas,* refiriéndose a la gallina:

–Me gusta en pepitoria
de un modo atroz.
–A mí me sabe a gloria
con el arroz.

En la paella el azafrán es indispensable. Lo es también con el arroz a la milanesa y menos con la sopa de pescado de Marsella. Con la *bouillabaisse* nos parece casi inútil. El maridaje de arroz y azafrán no tiene en España anécdota conocida; en cambio, en lo que a Italia se refiere, presenta una leyenda que nos hace pensar que quizás en este país aprendimos a azafranar el arroz. Pretenden los tratadistas lombardos de gastronomía y otros graves eruditos que no se conoce el nombre del inventor del arroz dorado a la milanesa, pero sí el año exacto de su creación. Según estos estudiosos, fue en pleno siglo XVI, exactamente en 1574. Las crónicas dicen que la creó un discípulo del maestro Valerio de Flandes, el artista que hizo las vidrieras del Duomo de Milán. Este apuesto mozo se enamoró de la hija del viejo maestro flamenco, que era bellísima, como corresponde a toda protagonista de leyenda, pálida y rubia. La pidió en matrimonio y se celebró la boda. En el festín nupcial el joven esposo, para solemnizar el acontecimiento, hizo preparar un plato de su invención, que no era otro que el arroz coloreado con azafrán, especia que venía de Esmirna, vía Chipre y Venecia. El avisado doncel conocía el poder colorante del azafrán y, además, sabía también hasta qué punto era inocuo. Según parece, lo había usado para obtener los tonos amarillos y tostados. Cuando el arroz llegó a la mesa, los alborozados comensales se maravillaron de aquella impresionante fuente de granos de oro viejo, como las pepitas que traían los antiguos ríos ibéricos, y desde entonces se usó el azafrán para condimentar el arroz.

Nos dirán que en Valencia se usa también desde tiempo inmemorial. Pero, que nosotros sepamos, no existe un texto anterior al siglo XVI y hasta que lo hallemos hemos de someternos a la noticia milanesa apoyada en crónicas.

La paella ha llegado a ser el plato español por excelencia. En cualquier país donde un español dé a conocer su nacionalidad, inmediatamente, como un tópico infalible, le citarán los toros, la paella y, quizá, las castañuelas. Los mismos franceses, que la consideran una herejía gastronómica, la colocan en sus recetarios y, puestos a lanzarse a la abigarrada orgía de ingredientes, incluso preconizan para ella el chorizo, como hace Raymond Oliver en su libro *La cuisine à travers le monde.* Incluso se ha llegado a explotar el éxito de la paella envasándola en latas, aberración que merece todas nuestras repulsas. Sólo falta que conserven en lata las chuletas a la parrilla.

Resumiendo, diremos que la paella es un plato relativamente reciente, cuya antigüedad no se remonta más allá del siglo XIX, en lo que a celebridad se refiere. Ello no significa, naturalmente, que en



épocas mucho más antiguas, no se guisara, en Valencia, arroz en la sartén, pero la extensión de su fama y la consagración, primero como plato esencial valenciano, y, después, como plato nacional español no puede ser anterior al citado siglo XIX. Hemos de subrayar que no existe un canon preciso de ingredientes, como antes apuntamos. Las características de la «prepotente paella», como la llama Azorín, son, pues: la presencia del azafrán, el arroz, su especial cocción en sartén o paellera y la exigencia de que el grano quede seco y suelto, con los muy variables ingredientes.

Sobre el método de confeccionarla hemos hablado ya, a través del taquígrafo Martí. Añadamos que hay muchos partidarios de comer hasta la última capa de arroz, la que está en contacto con la sartén, un tanto quemada y pegada a la sartén. A esto se llama el *socarraet.* Para obtenerlo se coloca en los últimos instantes en el rescoldo. La operación es delicada porque puede quemarse el todo de la masa de arroz. Los partidarios de este *socarraet* –entre los que nos contamos– lo justifican con un antiguo refrán: «La paella cremá, está millor que la que no lo está», y añaden, en castellano, «Arroz crudo, para el diablo rabudo».

En Valencia ir a hacer una paella es una jornada campestre inolvidable, con un cierto ceremonial y con ese aire libre y jocundo que los valencianos adoptan cuando se trata de las cosas de comer. Este ceremonial lo contaba ya, en 1859, Pascual Pérez y Rodríguez en el artículo que le corresponde del curioso libro *Los valencianos pintados por sí mismos.* En él explica el protocolo con que se come la paella en el campo e incluso en las familias de la huerta:

> «Colocada la paella en el centro del círculo de asistentes, sentados comúnmente en el suelo o sobre el asiento que su suerte o industria les depara, se clavan las cucharas en rueda alrededor de la sartén y dentro del arroz, formando una especie de empalizada o caballos de frisa. Aunque es ya regla inviolable, se previene, sin embargo, por el paellero que nadie avance sino en el terreno que tiene delante, y en marcha progresiva pero no lateral, sin usurpar los derechos ni los torreznos del vecino, si la fortuna se los proporciona. Porque el paellero previsor distribuye el empedrado de la paella en términos que nadie tenga motivo de quejarse de parcialidad o predilección hacia éste o el otro ángulo de la misma. El ataque, pues, se verifica simultáneamente por toda la circunferencia; las brechas se abren con regularidad y los asaltadores caminan al centro vía recta, con mayor o menor velocidad, según posean

más o menos desarrollada la facultad e instrumentos de masticación. Pero la salva debe alternar con frecuencia, a fin de refrescar a los que se hallan fatigados del combate. Dada la señal, clava el paellero en el punto céntrico de la paella un mojó o mendrugo de pan, como una especie de bandera parlamentaria, el cual anuncia la suspensión del ejercicio mandibular, es decir, que prohíbe comer, hasta que todo el mundo haya bebido. Aunque el cálculo siempre se echa desahogado y lato, pocos relieves quedan para los herederos, y todo el mundo hace honor a los conocimientos y habilidad del guisandero. Cierra comúnmente la paella o bien un frito de embutido y lomo, o simplemente una ensalada y postres».

Hemos comido así infinidad de veces la paella, hace ya años. Los tropezones los depositábamos en el centro, donde quedaban en impresionante pirámide, e íbamos comiendo, con la cuchara, primero el arroz y las bajocas, luego el crustáceo y dejábamos para el final la carne. Y éramos más confiados de lo que el autor dice respecto a la honestidad fraternal de nuestros compañeros de mesa. Luego hemos comido en mil ocasiones la paella y nunca la hemos encontrado tan sabrosa como entonces, es decir, cuando la comíamos en Valencia, en el campo, hecha a fuego de leña y cañas y acompañada por aquel maravilloso pan, cuyo recuerdo todavía perdura en nosotros. Aquel pan moreno esponjoso, cocido en su punto, era el *pa d'Horta,* o aquellas *pataquetes,* que eran unos panecillos prietos, crujientes y olorosos. No quisiéramos cerrar este capítulo de los arroces valencianos y de la paella sin citar una muy curiosa comida en Castellón, hecha con pajarillos, con tordos malvises, si mal no recordamos. Se trataba de un arroz exquisito, fuerte, misteriosamente gustoso.

La cocina levantina tiene una peculiaridad, los arroces, cuya invención y fantasía apenas comparte con ninguna otra región. La importancia y variedad de su cocina del arroz oscurece muy a menudo el resto de las valiosas especialidades del país.

Valencia presenta, sin embargo, una riquísima gama de ensaladas, producto natural de su huerta, una considerable cocina de pescado y una muy estimable charcutería.

Por supuesto, existen las influencias de las regiones limítrofes. Por el sur llega la influencia murciana y sobre todo la manchega con sus gazpachos, sus sopas de trigo y sus morteruelos. En la parte de Utiel, que histórica y administrativamente formó parte durante tantos años de Castilla, se advierten reminiscencias de la cocina castellana. En la parte noroeste, la cocina aragonesa, con sus pistos y sus



pucheros, también influye no escasamente. Por último, en la raya de Cataluña, la luminosa cocina tarraconense gravita también sobre el antiguo reino de Valencia. No quiera verse en todo ello falta de personalidad; ésta es bien patente, incluso prescindiendo de que ha dado el plato nacional por excelencia, pero tales influencias son lógicas, ya que, exceptuando las regiones insulares, cuyas peculiaridades se acentúan al paso de los años, por su misma insularidad, casi todas las regiones están en el mismo caso. En Valencia, país en que se hablan dos lenguas, es lógico que aparezcan dos cocinas: la mediterránea catalano-valenciana y la más continental, que podría ser la castellano-aragonesa.

Tras este necesario preámbulo, tratemos de las ensaladas. Valencia, como Cataluña, tiene los dos grandes elementos para elaborar una ensalada: los frescos productos de la huerta y el aceite. Así pues, las formas de ensaladas son infinitas. Leamos lo que dice Richard Ford, que por ser inglés apreció extraordinariamente la frescura mediterránea de los vegetales que componen la ensalada:

> «Una cosa es verdaderamente deliciosa en España: la ensalada, y para hacerla, según el proverbio, se necesitan cuatro personas: un derrochador para el aceite, un tacaño para el vinagre, un consejero para la sal y un loco para revolver todo ello. Póngase la ensalada en una ensaladera muy honda para que esta última operación pueda hacerse cómodamente. La ensalada es la gloria de las comidas en Francia y la desgracia de muchas en Inglaterra, incluso en las buenas casas, y esto por dos razones: primera, por poner en ella huevos, mostaza y otros ingredientes heréticos, y segunda, por hacerla mucho antes del momento de comerla, con lo cual la verdura, que debe estar fresca y tersa, se pone lacia y marchita. Por lo tanto, es conveniente preparar la ensalada en platos distintos y no mezclar el caldo hasta el momento de servirla. Tómese lechuga o cualquier otra clase de ensalada fresca, que no debe cortarse con cuchillo de acero, pues pone los bordes negruzcos y le da mal sabor; arránquese las hojas del troncho, que se tirará, pues suelen ser duras y amargas; lávense en varias aguas y séquense en una servilleta; en un tazón aparte se pone igual cantidad de vinagre, agua, una cucharadita de pimienta y sal, cuatro veces más aceite que vinagre y agua, y se mezcla todo bien. En un platito aparte se pican muy menuditas algunas hierbas finas, especialmente estragón y perifollo. Después se rocía la ensalada con el caldo y se mezclan las hierbas, sirviéndola en seguida».

Como hemos señalado, se puede hacer ensalada con todo, con lechuga y tomate, con pimientos, rábanos, cebolla, aceitunas verdes y negras y cualquier otro añadido: atún en conserva, sardinas en aceite o escabeche, bacalao... Si tuviéramos que dar un ejemplo de una ensalada valenciana ofreceríamos esta receta que el maestro Azorín describió, con pluma evocadora, sobre la ensalada alicantina, pero que sabemos que es válida también para casi toda Valencia:

«Brilla el vidriado de la escudilla blanca. Arranca la viva luz irisaciones al vidrio del frasco. Permanece seria, hosca, digna, consciente de su misión, la alcuza. En el hogar, entre las brasas, se va tostando el bacalao. La piel, socarrada, es otro olor que nos estimula. Y hay unos pimientos chicos y redondos, ñora, pimientos secos, secados en ristras al sol, colgados en las fachadas de las casas, que también entran en el fuego. La cocina es amplia y el hogar espacioso. Lo forma una ancha losa bajo la campana de la chimenea. Adosada a la pared se ve una mesita baja de pino. En el reino de Valencia –especialmente Alicante– se come rústicamente en mesas bajas. Las sillas también son de poca alzada. La mesa va a ser colocada en el centro de la cocina, y la mágica operación cumplida. El bacalao se desmenuzará, las ñoras se convertirán en pedacitos, y el todo, revuelto, se colocará en la escudilla. Entonces el vinagre alegre y el aceite severo entrarán en acción. Saturado el manjar de aceite y vinagre, no habrá más que comerlo. Comerlo y saborear una de las cosas más exquisitas de todas las gastronomías».

En lo que se refiere a las sopas, existe la sopa de pescado, la sopa de tapioca con puerros y repollo, la sopa de arroz con tomate, las típicas sopas de cocido, de las que ya hablamos, y las ollas parecidas a la *escudella barrejada* catalana, donde a las patatas, a los garbanzos, al repollo y a la judía tierna se mezclan algunas carnes y sobre todo charcutería: la morcilla de sangre, la morcilla de cebolla y arroz, la güeña, el chorizo, etcétera.

Sin embargo, hemos de hacer constar que en muchas ocasiones no sabemos dónde acaba el arroz y dónde empieza la sopa. Como sopa podrían considerarse aquellos arroces caldosos que hemos citado anteriormente, desde el de espinacas y caracoles, hasta el mismo arroz con *fesols i naps.* Resulta evidente que habiendo inventado Valencia el plato de arroz como entrada, no podía dedicarse con entusiasmo a la sopa, de ahí que el capítulo de sopas sea breve. Dejamos fuera de esta



clasificación la sopa manchega de trigo, que, como los gazpachos de igual origen, ha de quedar para cuando hablemos de esta región. Los gazpachos se toman en las comarcas interiores alicantinas e incluso en la provincia de Valencia. Los hemos comido en Buñol y en Requena. La sopa de trigo se toma por lo menos en Yecla y su comarca. Dejemos constancia de la existencia de estos platos, más de meseta que de litoral.

Como hemos señalado, el pescado es fundamental en el arroz abanda, que es un plato que merecería un área de mayor extensión. Los pescados blancos se nos ofrecen a la brasa, guisados, en sopa. Veamos una receta típica para condimentar el mero –la cual puede servir, además, para una serie de pescados semejantes–. La da Ángel Muro: «Limpio, se coloca el pescado en una cazuela, con sal y aceite, que esté sólo templado. Al echarlo se añade el agua y estando cocido el pescado, se hace una salsa de alcaparras machacadas, almendra, ajo asado y perejil, que se pasa por un colador y al poco rato, puede hervirse el mero, con una salsa por encima». Un plato típico de la cocina valenciana son las anguilas, sobre todo las anguilas *amb all i pebre,* una salsa huertana que no es necesario especificar y que se toma sobre todo en la región de la Albufera. Están luego los platos de crustáceos valencianos y castellonenses. Quizá los mejores langostinos de España, con los de Huelva y Cádiz, sean los de la costa ante Vinaroz, y se toman a la plancha y con mayonesa o vinagreta. Asimismo son importantes los platos de almejas y mejillones. Las almejas a la valenciana, tan salseadas con tomate y pimiento, han conquistado justamente su renombre. Igualmente, el pescado azul es objeto de algún guiso especial. He aquí la fórmula de las sardinas a la valenciana:

«Escamad las sardinas y limpiadlas, quitándoles finalmente la cabeza. A continuación secadlas con un paño limpio y colocadlas en una cazuela de barro, rociándolas con aceite. Tras esto, cortad la cebolla muy finamente y recubrid las sardinas, de modo que queden cubiertas por una capa de dicho bulbo. Preparad ahora la salsa de tomate, clarificándola con un poco de agua y vertedla en la cazuela, sobre las sardinas y la cebolla. Añadidles sal, laurel y un poco de pimiento molido.

»Finalmente, poned la cacerola al fuego, que debe ser muy flojo, y dejad que cueza todo lentamente, removiéndolo con suavidad, de cuando en cuando, para evitar que se agarren las sardinas.

»Bastará un cuarto de hora para que el guiso esté listo».

## Selección de recetas

### ANGUILA AL ALL I PEBRE

*4 personas*

1 kilo y medio o 2 kilos de anguilas
3 dientes de ajo
12 almendras tostadas y peladas
1 cucharada de excelente pimentón
1 decilitro de aceite
unas ramitas de perejil
250 gramos de guisantes desgranados cocidos (esta verdura puede sustituirse por otra del tiempo, como judías verdes, habas, etcétera, previamente cocidas)
unas hebras de azafrán ligeramente tostado
3/4 de litro de agua caliente (la justa para que cubra las anguilas al cocerlas)
sal

Las anguilas se limpian y se les quita la piel; se cortan en trozos de 7 u 8 centímetros y se sazonan con sal.

En cazuela de barro puesta al fuego, con el aceite caliente, se echa el pimentón; se deja freír, sin que llegue a quemarse; en seguida se le añade el agua caliente; hágase cocer unos minutos e incorpórense las anguilas que quedarán justamente cubiertas de líquido. Continúese la cocción y añádase el siguiente majado hecho en el mortero.

Se empieza por machacar el azafrán, los ajos, el perejil y las almendras; a continuación, se adicionan unas gotas de aceite.

Con todo ello se forma una pasta finísima que se diluye con parte del caldo de las anguilas que están cociendo, y se vierte sobre ellas.

Déjese cocer unos minutos más, hasta la total cocción de las anguilas

Finalmente, se añaden los guisantes y se sirven en seguida, en la misma cazuela.

### SOPA DE TAPIOCA A LA VALENCIANA

*4 personas*

3 puerros gruesos pelados y divididos a cuadritos
100 gramos de cebolla picada
3 hojas grandecitas de repollo, cortadas de la misma forma
1 decilitro de aceite



1 cucharada de harina
2 o 3 cucharadas de tapioca
perifollo
sal

En una olla o cacerola puesta al fuego se rehoga, con el aceite, la cebolla picada. Antes de que tome color se echa la harina, que se rehoga un poco también y se añade un litro y cuarto de agua; se sazona con sal.

Cuando empieza a cocer, se añaden los puerros y el repollo, bien lavados y escurridos. Cocción suave. Cuando están cocidas estas hortalizas se les incorpora la tapioca y se rectifica de sal.

Una vez cocida la tapioca se echa un poco de perifollo trinchado y se sirve la sopa, que no debe resultar ni clara ni espesa.

### SOPA DE PESCADO

*4 personas*

250 gramos de rape sin piel ni hueso
80 gramos de arroz
150 gramos de cebolla picada
150 gramos de tomates pelados, sin semillas y triturados o tres cucharadas de puré de tomate
1 diente grande de ajo picado
1/2 decilitro de aceite
unas hebras de azafrán
1 atadillo de hierbas aromáticas
1/2 cucharadita de pimentón
pimienta en polvo

Se pone una cacerola al fuego, con la mitad del aceite, la cebolla, el ajo y el atadillo de hierbas; cuando empieza a tomar color se incorpora el pimentón y el tomate, que se rehoga bien hasta que haya absorbido toda la acuosidad.

Llegado este momento se añade el arroz, que se rehoga un poco y se moja con algo más de un litro de agua caliente o caldo de pescado.

Ebullición activa. Sazonamiento con sal y pimienta (facultativo).

Mientras está cociendo el arroz, en una sartén se fríe, con el resto del aceite, el rape cortado a cuadritos y sazonado con un poco de sal. Cuando está frito se incorpora, con azafrán machacado, a la sopa que estará hirviendo.

Una vez cocido el arroz, se retira el atadillo de hierbas y se sirve a la mesa.

### OLLA VALENCIANA DE LAS TRES ABOCAS

*6 personas*

500 gramos de carne de ternera o cordero
1/2 gallina
100 gramos de jamón
100 gramos de tocino
2 morcillas de sangre y cebolla
1 hueso de vaca blanco
200 gramos de oreja de cerdo
400 gramos de garbanzos remojados, desde la víspera, en agua templada, con un poco de sal
12 alcachofas (depende del tamaño)

| | |
|---|---|
| 1 chirivía | 1 trocito de apio |
| 1 zanahoria | 4 patatas grandecitas (a trozos) |
| 1 cebolla con un clavo de especia | sal |

Se procede como con un cocido corriente. La verdura, en lugar de col u otra hortaliza, es a base de alcachofas (desprovistas de las hojas más duras) a las que se les cortan las puntas, que se cuecen durante 10 minutos, en agua con una pizca de sal, primero, y en el caldo, después.

El orden de servicio también es el mismo que para los otros cocidos: primero la sopa de arroz y fideos, u otra pasta, y seguidamente las verduras y las carnes, en dos fuentes, por separado.

## SOPA DE ARROZ CON TOMATES

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 125 gramos de arroz | 2 dientes de ajo picados |
| 150 gramos de cebolla picada | 2 huevos duros |
| 250 gramos de tomates pelados, sin semillas y picados | 1 decilitro de aceite |
| | sal |

En una olla o marmita se fríe, en el aceite, la cebolla y los ajos; cuando están ligeramente dorados se añade el tomate, que también se sofríe hasta que se haya reducido en parte.

En este punto, se añade un litro largo de caldo o agua caliente, que se deja cocer por espacio de 15 minutos.

Se pasa por el colador a otra cacerola u olla y, al volver a hervir, se echa el arroz. Rectifíquese de sal y añádanse los huevos duros, picados.

## ARROZ ROSETXAT

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 300 gramos de carne magra de cordero de la espaldilla o pierna | 150 gramos de carne magra de cerdo |
| | 50 gramos de tocino salado |
| 200 gramos de oreja de cerdo | 400 gramos de arroz |
| 1 butifarra de cebolla valenciana | 1 decilitro de aceite o 100 gramos de manteca de cerdo |
| 2 butifarras blancas | |
| 100 gramos de garbanzos puestos a remojar la víspera en agua | 1 huevo |
| | unas hebras de azafrán seco |
| 1 chirivía y 1 nabo algo grandes | 2 dientes de ajo |
| 1 ramita de apio | 2 cucharadas de miga de pan blanco rallada |
| canela en polvo | |
| pimienta y perejil | 2 cucharadas de harina |



Se pone al fuego una olla o marmita, con unos tres litros de agua, y se echa en ella la carne de cordero y la oreja de cerdo, cortadas a trozos no muy grandes; cuando empieza a hervir se espuma y se añaden los garbanzos, la chirivía, el nabo, el apio, pelado y cortado en rodajas, y la sal. Cuando dichas carnes están medio cocidas se incorporan las butifarras enteras, dos bolas hechas con la carne magra de cerdo y el tocino.

Las bolas se hacen pasando la carne por la máquina de capolar y añadiendo la miga de pan, el huevo batido, sal, canela, pimienta y perejil picado y, si se dispone de ella, la sangre de un pollo líquida, a la que se habrán agregado unas gotas de vinagre al desangrar el pollo; se empasta todo y se forman dos bolas, espolvoreándolas de harina.

Cocción lenta hasta quedar todo completamente cocido, rematando su sazonamiento con el azafrán.

En una cazuela de barro, con el aceite y puesta al fuego, se fríen los ajos picados a los que se añade seguidamente, el arroz, que se rehoga durante unos segundos con el aceite. Después se agregan los componentes de la olla cocidos (las butifarras y las bolas de carne se cortan en rodajas y se reservan), y el caldo, calculando doble cantidad de éste que de arroz.

Se pone a fuego vivo, y se va menguando a medida que avanza la cocción. Rectifíquese de sal. Termínese la cocción en el horno, para que se gratine bien, no sin antes colocar por encima las rodajas de butifarras, las bolas, cortadas, y un poco de perejil picado. Si no se dispone de horno se coloca encima de la cazuela una plancha o tapa de hojalata con carbones encendidos, reduciendo al mismo tiempo la intensidad del fuego y procurando que toda su superficie quede bien dorada. Cocción total, unos 20 minutos. Antes de enviarlo a la mesa déjese reposar unos 3 minutos.

## ARROZ CON RAPE

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 600 gramos de rape del centro | 4 cucharadas de pan blanco rallado |
| 5 tomates medianos del mismo tamaño todos, maduros y fuertes al mismo tiempo | 2 cucharadas de harina |
| | 1 limón |
| | unas hebras de azafrán seco |
| 400 gramos de arroz | 1 atadillo de hierbas compuesto de hinojo, tomillo, laurel y colas de perejil |
| 1/2 kilo de cabeza de rape | |
| 2 cebollas medianas | |
| 3 decilitros de aceite | perejil picado |
| 2 dientes de ajo grandes | sal |

Con la cabeza y el hueso del rape, una cebolla a trozos, las hierbas, 2 litros de agua y sal se hace un caldo, que se hierve aproximadamente durante media hora.

El rape se corta en filetes o lonjas, lo más parecidas posible, que se aplanan para igualarlas, se sazonan con sal y zumo de limón, se pasan por harina y se fríen un poco en aceite.

A medida que se van friendo se ponen en una tartera o plaquita con bordes, se cubren con el pan rallado, mezclado con los ajos y el perejil picados, y se riegan con un hilillo de aceite.

En otra plaquita se ponen los tomates cortados por la mitad, espolvoreados con sal y cubiertos con pan rallado; se vierte un hilillo de aceite por encima de ellos y se asan en el horno al mismo tiempo que el rape.

En una cacerola baja puesta al fuego, con aceite, se rehoga el resto de la cebolla picada; cuando ésta empieza a dorarse se echa el arroz, que se sofríe un poco, removiéndolo con la espumadera; se agrega el caldo de pescado caliente (doble volumen que de arroz) pasado por el colador. Rectifíquese de sal y añádase el azafrán.

Se pone primero a fuego vivo. Se acaba de cocer en el horno. En el momento de echar el caldo en el arroz, se introduce en el horno la placa donde antes habíamos puesto las lonjitas de rape, para que éste termine de cocerse.

Sírvase a la mesa colocando el arroz en la fuente en forma de montañita, alrededor de la cual, y de manera vistosa, se disponen los trozos de rape, alternando con los tomates.

Tanto el pescado como los tomates se rocían con el jugo que hayan formado al asarse, pasado por un colador fino.

## ARROZ AL HORNO

*6 personas*

200 gramos de garbanzos puestos en remojo la víspera, en agua tibia y sal
400 gramos de arroz
2 tomates medianos bien rojos y fuertes
2 dientes de ajo grandecitos
1/2 cucharada de pimentón
un poquito de canela en polvo
2 decilitros de aceite
sal

Se cuecen los garbanzos. Media hora antes de servir nuestro arroz se pone una cazuela de barro al fuego, con el aceite y los ajos picados; cuando los ajos empiezan a tomar color se añade el pimentón y, seguidamente, el arroz, que se sofríe en el aceite unos segundos, removiendo con la espumadera.

Se agrega caldo de los garbanzos (doble volumen que de arroz) y los garbanzos escurridos.

Cocción algo fuerte al principio. Se rectifica de sal, se echa un poco de canela y se mete la cazuela en el horno para que se gratine superficialmente, colocando antes por encima los tomates, cortados a rajitas. Cocción total, unos 20 minutos. Sírvase en la misma cazuela.

Si no se dispone de horno, se coloca sobre la cazuela una tapadera de hojalata con carbones encendidos.



## ARRÓS AMB FESOLS I NAPS

*4 personas*

250 gramos de judías blancas, puestas en remojo la víspera
400 gramos de jarrete de cerdo
200 gramos de oreja de cerdo
1 pie pequeño de cerdo
100 gramos de tocino
2 morcillas negras valencianas
2 morcillas blancas
6 u 8 pequeños nabos cortados a trozos
400 gramos de arroz
unas hebras de azafrán seco
3 litros de agua
sal
en la Albufera, en época de caza, se le añade una focha (fulica)

En una olla o marmita puesta al fuego, con el agua, se echan las judías, los elementos del cerdo, los nabos y un poco de sal. Déjese cocer de manera lenta y continuada.

A medida que carnes y embutidos están cocidos, se sacan del caldo y se dejan enfriar un poco para poderlos cortar a trocitos.

Cuando en la olla sólo quedan las judías y los nabos, con el caldo, se rectifica éste de sal y, llegado el momento, se le agrega el arroz y un poco de azafrán.

Cuando el arroz está a un poco más de media cocción, se le adicionan las carnes y embutidos cortados.

Una vez terminada la cocción, se sirve este exquisito plato fuerte de arroz, que debe resultar caldoso.

## PAELLA

*4 personas*

1 pollo tierno (pequeño)
150 gramos de lomo de cerdo o carne magra de cerdo en cuatro trozos o filetes
4 salchichas medianas enteras
50 gramos de jamón a cuadros
1 calamar grandecito cortado en arandelas
1 docena y media de almejas o mejillones previamente cocidos en poca agua para que se abran, retirándoles después una de las valvas y reservando la que contiene el molusco para el arroz
4 o 6 langostinos o gambas
4 trocitos de rape u otro pescado fuerte
400 gramos de arroz
2 docenas de vaquetes (caracoles criados entre romero) bien limpios
2 decilitros de aceite
unas cuantas judías llamadas «de garrafón»
1 pimiento grandecito rojo o verde (pueden emplearse pimientos morrones, en este caso serán dos pimientos morrones, uno cortado a cuadritos y el otro en cuatro o seis triángulos para poner encima del arroz)
2 alcachofas medianas a las que se separa las puntas y las hojas duras exteriores, se cortan a gajos

| | |
|---|---|
| y se hierven un poco en agua con el fin de que no oscurezcan la paella | unas hebras de azafrán |
| 3 o 4 tomates medianos pelados y picados | 4 cucharadas de guisantes cocidos |
| 1 cucharadita de pimentón | 1 limón |
| 1 diente de ajo grande | perejil |
| | sal |
| | pimienta en polvo |

En la clásica paellera valenciana, que es una paella de hierro, ancha, poco honda y con dos asas, puesta al fuego con aceite, se fríe el pollo, cortado en ocho trozos, y el lomo, espolvoreados con sal, el jamón y las salchichas.

Se dora bien; se añade el pimiento, si es del tiempo, a cuadros pequeños, el ajo picado, las judías, las alcachofas y los calamares.

Se continúa el rehogado cuidadosamente, añadiéndole, si es preciso, un poco más de aceite o manteca de cerdo; seguidamente se agrega el tomate, el pimentón, las vaquetes (caracoles) y los langostinos.

Se remueve bien con la espumadera para que el rehogado sea total y, por último, se añade el arroz, los guisantes, el rape y las almejas.

Échese doble volumen de agua o caldo que de arroz, sin olvidar el líquido en que se han cocido las almejas, pasado por un colador fino.

Cocción viva al principio, y suave luego. Se rectifica de sal y se adiciona, si apetece, un poco de pimienta y el azafrán pulverizado. A partir de este momento el arroz no deberá removerse más.

A medida que avanza la cocción, se va rebajando la presión del fuego y se acaba de cocer en el horno, a ser posible. Un poco de perejil picado por encima le va muy bien.

Antes de servirlo a la mesa déjese reposar unos minutos. Sírvase guarnecido con cuatro trozos de limón o bien ofrézcanse aparte al mismo tiempo.

## SOPA DE TRIGO VERDE

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 4 cucharadas colmadas de copos de trigo verde | 50 gramos de mantequilla |
| 3 yemas de huevo | 1 litro largo de caldo corriente o caldo vegetal |

En una cacerola puesta al fuego, con el caldo hirviendo, se echa en forma de lluvia, para que no se apelotonen, los copos de trigo verde, que se dejan hervir por espacio de 10 o 15 minutos lentamente.

En el momento de servir esta sopa, se echan en la sopera las yemas y la mantequilla, que se mezclan con la ayuda del batidor.

A continuación, se vierte la sopa bien caliente, sin dejar de remover con el batidor, con el fin de que las yemas no se coagulen. Sírvase a la mesa.



Es recomendable, con el fin de transformar esta sopa en otra tanto o más apetitosa, añadirle, mientras se cuecen los copos de trigo con el caldo, dos cucharadas de puré de tomate.

## ARROZ DE AYUNO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 150 gramos de judías pintas previamente cocidas | 400 gramos de arroz |
| 3 patatas medianas, cortadas a cuadros no gruesos (como para tortilla) | 2 huevos duros |
| 1 cebolla mediana picada | unas hebras de azafrán ligeramente tostado |
| 3 tomates del tiempo, no muy grandes, maduros, pelados y picados | 2 decilitros de aceite |
| | 1 hoja de laurel |
| | 1 diente grande de ajo |
| | perejil |
| | sal |

En una cacerola puesta al fuego, con aceite, se fríe la cebolla y la hoja de laurel; cuando empieza a dorarse, se añade el tomate y las patatas, que se sofríen, removiendo con la espumadera, y cuando está bien rehogado, se agrega el arroz, que también se rehoga un poco. Se echa caldo de pescado, vegetal o, simplemente, agua hirviendo. Cocción algo fuerte.

Se añade el azafrán y el ajo, machacados en el almirez y disueltos con un poco de caldo del arroz, y, por último, las judías cocidas y el huevo duro, a pedazos algo grandes. Rectifíquese de sal.

Para servirlo, se retira la hoja de laurel y se coloca en una fuente, en forma de montículo, con un poco de perejil picado por encima.

También puede colocarse en un molde de dibujo caprichoso, que se vuelca en el centro de una fuente redonda, cuyo fondo, alrededor del arroz, se cubre con salsa de tomate.

## ARROZ DE AYUNO (OTRO)

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 400 gramos de arroz | 1 diente de ajo grande |
| 2 o 3 docenas de caracoles limpios y cocidos | 3 tomates medianos maduros pelados y picados |
| 1/2 kilo de espinacas escogidas, lavadas y algo trinchadas | unas hebras de azafrán seco |
| 1 pimiento del tiempo grandecito y cortado a cuadros | 2 decilitros de aceite |
| 1 cebolla mediana picada | 1/2 cucharadita de pimentón |
| | sal |

En una cacerola de barro puesta al fuego, se fríe, con el aceite, la cebolla y el pimiento; cuando empiezan a tomar color, se añade las espinacas, luego el tomate y el pimentón; se rehoga bien todo y se remueve con la espumadera hasta que el tomate haya perdido toda su acuosidad.

Luego se adiciona el arroz, al que se dan unas vueltas, y se echa doble cantidad de caldo, que puede ser de pescado, vegetal o, sencillamente, agua.

Cocción activa. A última hora se incorporan simplemente, los caracoles bien escurridos. Rectifíquese de sal.

Mientras se cuece el arroz, se le agrega el azafrán, machacado en el almirez junto con el ajo y disuelto con un poco de caldo del mismo arroz. Se atenúa la presión del fuego y se termina de cocer en el horno.

Una vez cocido déjese reposar 3 minutos y sírvase en la misma cazuela.



# Murcia

El antiguo reino de Murcia tiene dos cocinas, dos inspiraciones. La cocina ribereña y huertana, levantina y ubérrima en lo vegetal, y la cocina interior, la cocina manchega. Se nos dirá que ambas podrían integrarse en otros apartados. La ribereña podría ser parte de la cocina valenciana; la manchega, de Castilla la Nueva. Quien tal piense no caminó por Murcia, ni conoció sus vinos, ni probó sus platos. Cocinas hermanas, poseen sus peculiares personalidades y a ellas nos atenemos. Comer en la huerta de Valencia es distinto a hacerlo en la de Murcia. La caldera de Calasparra, pongamos por caso, o el pastel murciano nada tienen que ver con guisos parecidos de Valencia. Y no digamos la cocina marinera: los mújoles del Mar Menor o la anguila *all i pebre* de la Albufera derivan de dos ideas distintas. Vayamos por partes, intentando una sistematización que no debe considerarse rígida o infalible.

La huerta de Murcia produce la gama más extraordinaria de la botánica alimenticia. Naranja, melocotón, albaricoque, sandía, limón, uva, pomelo, ciruela, pera, cereza, espárrago, aceituna, manzana, ajo, alcaparra, anís en grano, azafrán, cebolla, champiñón, guisante, haba, judía verde, tomate, arroz, garbanzo, pepino, lechuga, lenteja y pimentón son productos nobles, extraordinarios. Todos ellos han inspirado platos típicos; el más conocido es la tortilla murciana con cebolla, tomate, pimiento, calabacín y berenjena cortada en dados, a la que puede todavía añadirse jamón. En su versión escueta, se entiende por tortilla murciana la compuesta de tomate y pimiento.

El célebre zarangollo de secano es un frito de cebolla, tomate, calabaza tierna y patatas, al que pone su nota colorista el rojo insolente del pimiento. Además de fritanga elemental, mencionemos la antigua cena huertana, que describiera José Selgas y Carrasco *(La huertana de Murcia),* que es la ensalada de hierbas: «A la caída de la tarde, la mujer recorre los linderos de los bancales, recogiendo hierbas sustanciosas que cocidas con agua y sal y aliñadas con algunas gotas de

vinagre y una sombra de aceite, han de servir de cena...». La ensalada de hierbas es murciana por excelencia. Las hierbas son humildes y delicadas y cuecen, en la olla, con un breve, sutilísimo hervor que no arruina su perfume y frescura. Son las hierbas del ribazo: collejas, lizones, orejas de liebre, cerrajones, etcétera. Al lado de esta ensalada peculiar están la de lechuga y la de pepino, y la sopa fría, que no pasa de ser una forma de gazpacho. Leamos a Juan García Abellán, cuyo libro *Murcia entre bocado y trago* ha sido de sazonada y suculenta lectura para avivar felices memorias y aportar nuevos conocimientos:

> «Uno, ser de debilidades, debe confesar aquí sus preferencias por esas fuentes de alegría donde sobrenada el rezumante tomate a rajas, le escolta la cebolla seca picada por lo menudo, le sirven de pajecillos trozos de pan, cortados a repizcos, y lo enjoya el ajo picado vertido con generosidad, así como el sabroso pimentón molido».

No olvidemos –¿cómo podríamos olvidarlo?– el salpicón murciano, que son patatas cortadas a cuadritos, pimentón y tiras de bacalao torrado antes al rescoldo, todo ello con cebolla muy menudamente troceada.

El mojete caravaqueño, la pipirana de Caravaca, es quizá la mejor ensalada de Murcia: ajo tierno asado, las exquisitas y refrescantes ñoras, el bacalao y las olivas negras. A veces, en lugar de bacalao se ponen las sardinas de bota, las que antaño se llamaban, en toda la geografía española, «guardiaciviles». La forma clásica del mojete murciano –que viene de mojar pan, de sopear– es con pimientos guisados, sal, aceite y limón, las mencionadas sardinas y bacalao deshilado. Con el pan se comía, que el tenedor es nuevo en la huerta.

Calasparra, tan rica y fértil, nos presenta con su caldera la apoteosis de estas tierras. ¡Inolvidable guiso, a fe nuestra! Garbanzos –los garbanzos jabucos o de La Unión–, hueso de pernil, canela, clavo y pimienta. Antiguamente, el plato, patriarcal y oloroso, se guisaba en la glorieta del pueblo, después de «correr la vaca». La caldera primero, luego se guisaba el animal. Lo que se denomina «menestra murciana» tiene la fórmula siguiente: se compone de cebollitas, zanahorias, alcachofas, guisantes, apios, nabos, coliflor, patatas, judías verdes, tomates, jamón crudo, un poco de harina y buen caldo. Se rehoga con aceite fino al que le habrán quitado el olor unos ajos. Se mezclan el tomate, la harina y el caldo con las legumbres y se dejan cocer. Finalmente se añaden espárragos trigueros y se sirve, con



huevos escalfados. En nuestras lejanas peregrinaciones por estas tierras no topamos jamás con este plato, que se nos antoja un bodrio poco agradable. En cambio, lo encontramos en numerosos recetarios. Nosotros lo tenemos por petulante fórmula de restaurante. Tantas cosas buenas mezcladas sólo pueden producir una bazofia. El genio de la cocina popular es la mesura.

Entre los productos de la huerta está el ajo. El ajo murciano es de los mejores de España. Lo es en sus dos variedades: el tierno y el ajopuerro. El ajo tierno está presente –ya lo hemos visto– en las ensaladas, en las tortillas, en los huevos estrellados, rizada la clara en el dorado, ardiente aceite. El otro, el ajo seco, cuatridentado, forma nobles combinaciones: en el ajiaceite, el *all i oli* catalán o quizá provenzal; en el ajolio, que es el ajiaceite con yema de huevos; en el ajoarriero importado de Castilla y del norte, del cual hay en su lugar puntuales noticias; en el ajopringue, guisotazo con hígado picado de cerdo, pan rallado y grasa; y, finalmente, es el ajo cabañil, que es una salsa de ajo picado al mortero, con sal y vinagre. El ajo cabañil acompaña a la carne, sobre todo al imponderable cordero, a sus chullas: las chuletas pulposas con cenefa de grasa. Es salsa insolente, de gloriosa grosería popular.

No olvidamos otros platos, aunque este libro no es exhaustivo, ni podría serlo en modo alguno. Así, los michirones, habas secas que cocidas con sal, pimiento, laurel, ajos y ñoras forman un guiso delicioso. Con estas habas secas se fabrican muchos platos. Se refuerzan, en ocasiones, con chorizo o con un hueso de jamón. Somos partidarios del cerdo, pero no nos parece la fórmula mejor. García Abellán, hombre avisado, nos apunta la regla de oro del plato: habas, pimienta, pimientos rojos, el aromático poleo y hojas de naranjo. Los pimientos han de ser secos, erguidos, picantes. Esto, señores, es un guiso menestral, humilde, auténtico, es cocina.

Ya dentro de un mundo barroco y vegetal, está la alegre, abigarrada, explosiva olla gitana, potaje de judías secas y garbanzos al que se añade, si cumple con el gusto de la cocinera, calabaza, berenjena, almendra picada y peras.

Mucho más importante es el cuajado de berenjenas. En Murcia es tan excelente que constituye la base de esta cazuela monjil: cocida, ya sin piel, majada escrupulosamente hasta convertirla en una pasta vegetal, se adiciona a cebolla menudamente picada, tomate y piñones fritos. Luego clavillo, sal y albahaca. Y finalmente un batido de huevos y queso rallado, en capas sucesivas. Es un plato antiguo y tradicional, un pastelón vegetal, con todos los perfumes y sabores.

El mondongo, que en otras regiones se identifica con la morcilla, es aquí un potaje de callos, garbanzos y arroz, aromado con hierbabuena. Se llama así por la tripa o callos. En buen castellano, mondongo es cuanto atañe a la tripa aprestada para alimento. Así, al relleno de la morcilla se le llama en Murcia «molondanga». Mondongo viene del latín *mondonicus,* que quiere decir «limpiar». En la misma etimología se prevenía la escrupulosidad de los que ofician en la matanza.

Los caracoles proliferan, en la huerta murciana, con la misma desembarazada majestad que en los viñedos borgoñeses. Los hay pequeños; los hay orondos y majestuosos; los hay que reciben el nombre de «serranas» y que pueden dar lugar al equívoco, como en esta bella copla murciana:

A Totana fui por peros
Y a Lorca fui por manzanas
Y a las Indias por dineros
Y a la Sierra, por serranas

Las serranas no son las bellas que bailaban en los pinares del Júcar, de Góngora, ni las del fatigado feudal que fuera, en vida, el viejo marqués de Santillana. Las serranas son, en este caso, el orondo, casi tartarinesco, caracol de secano y regadío, que alterna con el menudo, el llamado «chupadero». El chupadero o chupalandero, que así también se nombra, lo hemos comido como aperitivo, originalmente salseado. Es decir, a la salsa corriente, en la que domina la pimienta, ha precedido una cocción con tomillo, romero, hinojo y junza, que da a estos caracolillos blancos, frágiles y quebradizos, un vaho ideal, insinuante, estimulador del apetito.

Ante todo el mújol del Mar Menor, el pescado y sus huevas salpresadas. Las huevas de mújol se encuentran en toda la cocina mediterránea. Las hemos tomado en Estambul, en los restaurantes de pescado, de prodigioso pescado, del Bósforo, con la copa de raki, ese anisado que, mezclado con agua, tan parecido es a la alicantina palomita, al murciano lecheanís. Con estas huevas se hacía el caviar antiguo, tan caro a Rabelais. Las huevas de mújol son plato de consideración y se toman en el Mar Menor. Luego está el mújol a la sal, propio también de esta costa. Este mújol, con sus costras de sal, se coloca en la rustidera, recipiente plano, propicio para los asados al horno. Se desviste, ya asado, de su piel azul oscura, plateada de sal. Los filetes son algo vivo, cálido, marinero y palpable.



Luego está la sardina, por no abandonar de golpe y porrazo a los pescados azules. Las mejores sardinas son las de Mazarrón. Mazarrón quiere reivindicar la prodigiosa invención de la sardina en moraga –digamos, por otra parte, que moragas son también, en el interior, las espigas de trigo tostadas, prestas para comer–. No quisiera entrar en graves discusiones: en las playas de Málaga –en Marbella, en Málaga mismo– hemos merendado sardinas en moraga. En Mazarrón la sardina crecedera, en moraga, se cubre de sal gorda durante unas horas y se cuece o se cocina, antes de la invasión veraniega y turística en la playa. No olvidemos el escabeche de sardinas de estas tierras. Puestas a cocer en tongadas, en capas separadas entre sí por hojitas de laurel, clavo, pimienta, aceite, vinagre y ajo. Más al interior está el chaleco, torta de gazpacho con sardinas de lata.

El chanquete y la angula son exquisitos en tortilla. El atún, el bonito, la bacoreta, también de la familia, admiten toda clase de aderezos. El bonito, curado en salmuera, con aceite crudo y pimentón, es plato cuaresmal. Se le acompaña con habas tiernas. Los salmonetes, en Cartagena, son excelentes, especialmente a la parrilla y con ajo y perejil, pero este es plato de toda la costa de Levante, de Cadaqués a Almería.

Merecen recordarse los caldos de pescado, como el caldo empanado, que es la sopa de pan clásica del Mediterráneo, y los guisos con bacalao, que, tierra adentro, son infinitos. El rin-ran es una fritada de bacalao o atún, con pimientos frescos. En otras regiones –en la provincia de Valencia– hemos comido el rin-ran, parecido a la *esqueixada* catalana: bacalao deshilado en crudo, con aceite, tomate, olivas negras, pimientos, etcétera. El inefable «encebollao», hervido de patatas cortadas, cebollas enteras y pimientos, con tiras de bacalao, lo sazonan con aceite, vinagre y hierbabuena.

Comencemos por el cerdo. Buenas son las magras fritas con tomates y pimientos, y los lomos, fritos también o guisados. Lorca, la de las más bellas mujeres, es, con perdón, patria de la gran chacinería. Los embutidos murcianos son locales, sin exportación, o sólo para estómagos enérgicos y nobles: los chorizos, con el natural picante que se recomienda con las alubias, y el morcón con magro de cerdo y pernil, que se conserva a veces en serrín. Se hace con huevo, se especia con pimentón y es la expresión más gloriosa y acabada de la matanza: aconsejan que se acompañe con habas tiernas. Luego están las morcillas: la de cebolla, tan murciana como aragonesa o asturiana; la de cebolla y arroz; la llamada «morcilla de pícaro», hecha sólo con sangre y perfumada por el orégano; y, por último, el morcón, que es un embutido hecho con el propio estómago del marrano, y que recibe el nombre de «obispo».

El cordero es excelente: con él liga el ajo cabañil, el ajiaceite y el ajolio. Los corderos mamoncillos son los de cuarenta días; se preparan al horno. El cordero a la llanda, que ya dijimos que es una fuente grande y plana para los asados al horno, reclinado, como un romano en su triclinio, sobre un amable lecho de manteca de cerdo, de patatas, cebolla, perejil y piñones. El pebre de cordero de Abarán son cabezas de cordero cocidas con tomate y pimienta o asadas al horno y ungidas en ajos.

Los guisados con carne son excelentes. De la cocina murciana manchega vienen las gachas, las gachas migas ruleras, las migas blandas de harina de trigo a modo de tortilla, el guisado de trigo, los gazpachos manchegos con perdiz, liebre o conejo de monte, el morteruelo. Los arroces son, en cambio, más bien ribereños y huertanos, vecinos, algunos de ellos, de los alicantinos, más peculiares otros. El arroz empedrao es parecido al de Jijona, que comen los turroneros y lo llaman «arroz de fábrica»: es como un potaje de arroz y alubias hecho en sartén y va acompañado de ajos tiernos, patatas, alcachofas y bacalao. El arroz al horno es un arroz seco, con aceite, cabezas de ajo, perejil, garbanzos cocidos, azafrán. A medio cocer se lleva la cazuela o el perol al horno y se dora, con un oro viejo de exquisito matiz. El arroz clásico es un plato caldoso, con carne de cerdo y garbanzos. Llámanle también en otros pueblos «arroz de escribano». Y, finalmente el arroz viudo, típicamente murciano, es una cazuela de arroz, con ajos tiernos, coliflor, habas y tiras de bacalao; es plato cuaresmal muy acreditado. Otro arroz de inspiración alicantina es el arroz con costra, muy parecido al que hemos descrito.

Finalmente, hablemos del plato más glorioso de la cocina murciana: el gran pastel murciano de carne. Hemos de ofrecer la fórmula clásica, la que redactó el escritor y periodista José Martínez Tornel, director que fue del *Diario de Murcia,* de finales del siglo XIX.

> «El pastel en Murcia es regalo de la gente rica y es apaño para la pobre. En la mesa de una familia acomodada se pone con frecuencia en domingo o día señalado, porque el pastel es de suyo solemne, y más cuando es de los grandes, de unos treinta reales. Porque los hay de a real, dos reales, de peseta, etc., hasta de lo que se quiera, siempre que pueda entrar por la boca del horno. Pero vamos a los avíos, para ver qué lleva ese pastel por dentro, cómo se hace y a qué se reduce. Pongo por tipo el pastel de dos reales, con el cual puede almorzar y quedar muy satisfecho un obrero:
>
> »Se coge un pelloncito de masa de harina de trigo, que no tenga levadura, y se hace como una torta de medio dedo de gruesa; a esta torta se le hace alrededor un borde poco levantado, adelgazándolo por arriba, con lo cual resulta una cavidad que se llena con pedacitos de ternera, rodajitas de chorizo, trozos de huevos duros, sesos y picadillo; cúbrese esto después con un hojaldre muy delgado, arrollado en ondas concéntricas, que se unta con manteca, y ya está el pastel para meterlo en el horno, donde se ha de dorar bien, para comerlo en seguida. Este pastel tiene cuatro cosas: el hojaldre, que es delicado y ligero; el borde, que, como es delgado, sale del horno muy tostado y está muy gustoso; el interior, que es verdaderamente alimenticio, y el resto de la envoltura, que tiene que comer para rato y es como pan.»



El capítulo de dulcerías es inacabable, pues aquí participa del esplendor andaluz y de la riqueza valenciana. Vayamos, por esta vez, siguiendo un orden alfabético. Empecemos por los alfajores, parecidos a los andaluces, y por el alajú, canutillos de harina y miel. Los alfajores son, como en la vecina Bética, postre navideño. Los amores son un dulce de almendra tostada, azúcar, harina candeal, huevos y raspaduras de limón; los bizcochos de las Anas, de enigmática receta, provenientes del convento de Santa Ana, en Murcia; las fanfarronas, que son unas tortas de harina, parecidas al imponderable alajú, que se fríen y luego se muelen y se mezclan con miel y huevos. Los hojaldres dulces y los que se rellenan con carne, huevo, chorizos, pimientos, etcétera, constituyen una especie de *pizza* y, cuando no es de hojaldre, se le llama simplemente «bollo murciano». También son sabrosos las magdalenas y los mantecados, de tan dilecta calidad; el pan de higo, torta con higos secos entreverados de almendra y de granos de anís; la pastaflora murciana, con harina, manteca, azúcar, vino dulce. Y toda clase de tortas: la toña o de aceite y miel, la de naranja, las tortas de Pascua –con almendras picadas y piñones molidos, azúcar, aceite, pasas y anís–, las tortas de patata; el troncho –dulce seco, que se hace con cortezas carnosas de las frutas, sobre todo la sandía– y finalmente el pastel Cierva, dedicado al célebre político conservador, murciano de nación, colosal obra maestra de la repostería del Mar Menor.

En el capítulo de confituras, almíbares, compotas, mermeladas y arropes, Murcia es inagotable. Subrayemos los calabazares y el cabello de ángel. En la cocina y la repostería murcianas la calabaza desempeña un destacado papel. Los chocolates superan toda ponderación. A pesar de ser el desiderátum, dice la copla decimonónica y desgarrada:

Más vale pan y pimiento
y dormir con un buen mozo,
que no comer chocolate
con un viejo pegajoso.

Los caramelos de Hellín y de la propia capital no se nos van de la memoria, así como todas estas delicadísimas fruslerías que acabamos de mencionar.

Cualquier español curioso ha oído hablar del vino de Jumilla: claretes, abocados, añejos. Unos son jóvenes, alegres como cachorros; otros, antiguos y de alta graduación, guturales y solemnes. Todos cumplen con la copla de trajinantes y arrieros:

¡Ay, qué vino tan gustoso
el que traen los carreteros
de Jumilla y del Pinoso!

Jumilla, Yecla, Cascorroy, Bullas y Ricote, grandes nombres de la geografía del vino murciano. Bueno es el rosado de Bullao, pueblo que huele a anís, pues pasó de ser gran cosechero a ser un cabal destilador de aguardientes anisados. Vigoroso, de dulce embocadura y sólida sequedad, es el vino de Ricote, de parva cosecha. Señalamos estos vinos, entre tantos, conocidos o anónimos, del antiguo reino de Murcia.

Entre la volatería destacan el pollo, el pato y el pavo, que preside las Navidades. El pollo era excelente: el tomatero, tan adolescente, frito con tomates y pimientos, garantizado por la vieja seguidilla murciana:

Cuando mates el pollo
guárdame el pico,
el corazón, las alas
y el cuerpecico.

El arroz con pollo, con el sofrito de ajos, fresco tomate picado y el inevitable azafrán, preside los sabrosos ágapes. El pavo navideño y las célebres pelotas de pavo son suculentos, especialmente hechos con la pechuga del ave. Las pelotas se confeccionan, pues, con el blanco de la pechuga, huevo, la propia sangre del animal y tocino. A menudo estas albóndigas se guisan con patatas. El guiso de pavo, con una oscura salsa en la que no falta la almendra y el piñón, ni la dorada patata, se acompaña con las citadas albóndigas, que, repetimos, pueden también comerse solas.



# Selección de recetas

## ZARANGOLLO DE SECANO

*4 personas*

250 gramos de patatas
200 gramos de calabaza tierna
1 cebolla grande
1 pimiento encarnado también grande
200 gramos de tomates maduros
1 decilitro de aceite
1 diente grande de ajo
pimienta molida
sal

En la sartén, puesta al fuego, se echa el aceite, la cebolla y el pimiento troceado a cuadros. Cuando todo esté medio frito –sin que llegue a tomar color– se añade el ajo, picado, la calabaza y las patatas, cortadas como para tortilla.

Se va friendo mientras se remueve con la espumadera de hierro hasta que todo esté cocido y empiece a tomar un ligero color rubio. Llegado a este punto, se incorpora el tomate pelado, sin semillas y picado.

Se sazona con sal y una punta de pimienta molida, y se deja reducir despacio, hasta que el tomate quede también frito, al perder la acuosidad por efecto de la reducción.

## GACHAS MURCIANAS

En sartén, con aceite, puesta al fuego se echa alcaravea, pimienta molida, clavillo (poco) y pimentón.

Antes de que llegue a quemarse se le agrega harina de almortas, que se revuelve bien con la grasa y se rehoga hasta que toma un ligero color dorado. En este punto se echa agua caliente y se remueve el contenido de la sartén con una cuchara de madera de mango largo, para desleír la harina. Mientras se espesa el puré, se sigue removiendo con la cuchara, al tiempo que cuece.

Se sala y cuando la harina ha cocido lo suficiente como para haber perdido todo sabor a crudo, las gachas estarán terminadas.

Nota: puede reemplazarse la harina de almortas por harina de garbanzos o de trigo.

## ENSALADA DE HIERBAS

Se prepara a base de hierbas silvestres de los ribazos, tales como collejas, orejas de liebre, lizones, cerrejones, etcétera.

Éstas, una vez lavadas, se hierven en agua y sal, sin que resulten excesivamente cocidas.

Para servirlas, una vez escurridas se ponen en una fuente y se aliñan con aceite y vinagre, simplemente.

## SALPICÓN MURCIANO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 500 gramos de patatas | 1 decilitro de aceite |
| 250 gramos de bacalao seco | 4 cucharadas de vinagre |
| 2 cebollas medianas | 1 diente de ajo |
| 1 cucharadita de pimentón | pimienta y sal |

Se empieza por poner el trozo de bacalao seco al rescoldo o sobre la plancha de la cocina para que se tueste ligeramente.

Una vez tostado, se deshace en tiras, se separan las pieles y espinas y se lava en dos o tres aguas a fin de desalarlo en parte.

Las patatas, sin pelar, se cuecen, en agua y sal, después de lavarlas bien. Una vez cocidas y frías se pelan y se cortan en dados.

Las cebollas se pican menudamente.

En una ensaladera o recipiente algo hondo, de barro barnizado, cuyo interior se frotó previamente con el ajo aplastado, se empieza por echar el pimentón.

Con la ayuda de un tenedor se va removiendo al incorporarle el aceite, vinagre, poca sal y pimienta.

Mézclese bien y añádasele las patatas cortadas, el bacalao desmenuzado y la cebolla picada. Alíñese todo, mezclando bien los componentes, y quedará el salpicón a punto de servir.

## TORTILLA MURCIANA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 cebolla | 1 berenjena (estas cuatro hortalizas, de tamaño mediano) |
| 1 pimiento | |
| 1 calabacín | 6 u 8 huevos |
| 2 tomates maduros | 1 decilitro de aceite |
| 100 gramos de jamón | sal |



En la sartén, con el aceite, se empieza por freír el jamón, la cebolla y el pimiento, cortado todo a cuadritos.

Al estar medio fritos, se les añade la berenjena y el calabacín, pelados y cortados de la misma forma.

Mézclense y saltéense bien estos ingredientes y cuando estén fritos se les incorporan los tomates pelados, y picados. Se reduce la acuosidad del tomate hasta que éste se encuentre también frito.

Se sala, sin olvidar que, a veces, el jamón ya está algo salado.

En un bol se baten los huevos con un poco de sal y se hace la tortilla de forma redonda, plana y doradita por ambos lados.

Acostúmbrase a acompañarla con alguna ensalada del tiempo.

## BACALAO ENCEBOLLADO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 400 gramos de bacalao seco | 1 decilitro de aceite |
| 800 gramos de patatas | 4 cucharadas de vinagre |
| 16 o 20 cebollitas | unas hojitas de hierbabuena fresca |
| 2 pimientos grandes | sal |

El bacalao, en remojo desde la víspera, se corta en trozos largos y estrechos.

Póngase una cazuela o cacerola al fuego, con las cebollitas peladas enteras, los pimientos troceados y las patatas cortadas en rodajas, todo cubierto de agua y un poco de sal. A los 10 minutos de ebullición se añaden las tiras de bacalao. Se tapa la cazuela y se deja hervir hasta que bacalao, patatas, pimientos y cebollas estén totalmente cocidos. Se sirve en fuente y se sazona con aceite, vinagre y un poco de hierbabuena picada.

## OLLA GITANA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 250 gramos de garbanzos, puestos en remojo la víspera en agua templada con un poco de sal fina | 1 diente grande de ajo |
| | 2 tomates maduros medianos |
| | 1 cucharada rasa de pimentón dulce |
| 200 gramos de judías blancas | |
| 250 gramos de judías verdes | unas hebras de azafrán seco |
| 150 gramos de calabaza | 1 decilitro de aceite |
| 3 peras | pimienta molida |
| 1 rebanadita de pan | 2 cucharadas de vinagre |
| 10 almendras tostadas y peladas | 2 litros de agua |
| 1 cebolla mediana | sal |

Póngase la olla al fuego, con el agua, y cuando empiece a hervir se le echan los garbanzos y las judías blancas.

Cocción suave.

A los veinte minutos, aproximadamente, se añaden las judías verdes, peladas y troceadas, la calabaza y las peras, cortadas en cubos, procurando que no pare la cocción de los garbanzos y las judías.

A mitad de la cocción se echa la sal.

En el aceite se fríe la rebanadita de pan y el ajo y, una vez fritos, se reservan.

En el mismo aceite se fríe la cebolla picada y cuando quede ligeramente rubia le añadiremos los tomates pelados y picados, que también freiremos.

Espolvoréese con el pimentón y rehóguese un poco con el sofrito.

En el almirez se machaca el azafrán, el ajo frito y la rebanadita de pan, también frita, por este orden.

A continuación, se incorporan las almendras, que se machacan hasta que todo forma una pasta lo más fina posible. Se termina por mezclarle el sofrito de cebolla y de tomate, hecho en la sartén, más el vinagre y un poco de pimienta molida.

Mézclese bien todo y cuando los garbanzos estén a media cocción, échese en la olla. Rectifíquese la sal.

Sírvase en platos soperos.

## CARACOLES A LA MURCIANA

*4 personas*

Generalmente, se calculan 4 docenas de caracoles por persona
125 gramos de jamón
1 cebolla grande
200 gramos de tomates maduros
2 dientes de ajo
2 decilitros de aceite
1 vaso de vino blanco
1 cucharada de pimentón dulce o mejor la carne raspada de 4 o 6 pimientos secos (ñoras) previamente remojados en agua caliente
1/2 cucharadita rasa (de las de café) de cominos
1 cucharada de harina
pimienta o guindilla
unas hojas de menta fresca
vinagre
sal

A los caracoles, después de tenerlos varios días en ayuno, se les echa agua, vinagre y sal para que suelten la baba y después de lavarlos en varias aguas se ponen a cocer, tras engañarlos primero en una cacerola con agua a la que se va aumentando la temperatura a fin de que saquen sus cuerpos de las conchas.

En cuanto los saquen, se pone la olla a fuego vivo para que al romper el hervor les sorprenda con sus cuerpos fuera de la concha.

Esta primera agua se tira y cambia por otra fría. Se vuelve a poner la cacerola en el fuego, y se le añade un atadillo de hierbas con tomillo, laurel, hinojo y una pequeña guindilla.



Cocción continuada de 2 a 3 horas. A media cocción se les echa la sal.

En una cazuela de barro se empieza por freír los ajos, que, una vez fritos, se reservarán. Luego se echa la cebolla picada y el jamón, partido a cuadritos.

Al dorarse la cebolla se incorporan los tomates pelados y picados y el pimentón o pulpa de ñoras.

Se deja freír también el tomate, se echa el vino y una vez reducido éste a la mitad, se espolvorea todo con la harina.

Se rehoga un poco y se moja con caldo o agua caliente en la cantidad justa para cubrir los caracoles.

Después de unos hervores se echan los caracoles bien escurridos y un poco de hierbabuena (o bien un trozo de guindilla). Cocción, con la cazuela tapada, por espacio de veinticinco minutos. Durante este período de cocción se añade una picada hecha en el almirez con los cominos y los ajos fritos, bien machacado todo y disuelto con un poco de salsa de los caracoles o de agua.

La salsa deberá quedar un poco espesa.

Sírvanse en la misma cazuela.

## PIPIRRANA

*4 personas*

1 lechuga o escarola grandecita
1 pepino
2 ñoras frescas
100 gramos de aceitunas negras
3 ajos tiernos asados
200 gramos de bacalao seco (o en su lugar sardinas de bota o casco)
2 tomates bien rojos y fuertecitos, medianos
1 decilitro de aceite
1 limón
sal

La lechuga escogida, cortada a trozos y puesta en agua fría. El pepino pelado y cortado en rodajas.

Las ñoras en tiras largas o troceadas. Los ajos machacados en el almirez.

El bacalao sin pieles ni espinas, deshilado y lavado en agua varias veces se comprime con ambas manos para eliminarle parte de la sal.

Los tomates troceados. Todo ello (la lechuga bien escurrida) sazonado con sal, aceite y limón.

Bien mezclado, en último lugar se le añaden el bacalao y las aceitunas.

## RIN-RAN

300 gramos de bacalao seco (o atún)
300 gramos de tomates
4 pimientos grandes
2 dientes de ajo
1 decilitro de aceite
100 gramos de aceitunas negras
un poquito de azúcar
sal

A fin de desalar el bacalao, se pone en remojo, la víspera. El agua del remojo debe cambiarse dos o tres veces y el bacalao debe comprimirse con las manos.

Una vez desalado, se despoja de pieles y espinas y se deshilacha. A continuación se introduce en una cazuela de barro, puesta al fuego, que contenga el aceite.

Se remueve con el tenedor y se le incorporan los ajos picados y los pimientos troceados o en tiras, a ser posible pelados (para pelarlos se chamuscan entre las llamas del fuego y cuando están negros se colocan bajo el chorro del agua fría; así se les saltará toda la piel).

Continúese removiendo con el tenedor y cuando bacalao, pimientos y ajos estén fritos, se añaden los tomates bien troceados, los cuales se dejarán freír también un poco con los demás componentes del plato.

Rectifíquese la sal y échese un poquito de azúcar para atenuar la acidez del tomate. Cuando todo esté frito y el tomate reducido, se añaden las aceitunas y se sirve a la mesa en la misma cazuela.



# Andalucía

La cocina andaluza es, teóricamente, amplia, variada, opulenta, casi mudéjar en dulcerías. La que el curioso viajero actual puede conocer es escueta, uniforme, muy dada a la despersonalización, cuando no limitada al curioso -y engañoso para un buen declarado apetito-tapeo, a la omnipresente tapa. Y, sin embargo, modernamente Andalucía ha dado un plato que en su versión más adocenada ha alcanzado dimensión nacional; el turista, tan dado a la economía y, por ende, a la dietética, lo aprecia y le confiere un rango internacional. Nos referimos al gazpacho.

Del origen tan discutido de la palabra se trata en el capítulo sobre Castilla la Nueva. El gazpacho andaluz tiene como base el pan. El pan andaluz, los duros trigos del cálido secano, han sido ilustres en toda la historia. ¡Pan de Utrera, de Alcalá de Guadaira -llamada también Alcalá de los Panaderos- de Écija, de Dos Hermanas! El viejo recolector de refranes, Sorapán de Riegos, afirma que no hay nada mejor que el aroma del pan: «De los olores, el pan; de los sabores, la sal». El vaho íntimo nutricio del pan tiene una anécdota clásica: Demócrito de Abdera, en trance de morir, ya muy avanzado en la ancianidad y agotadas todas sus energías, consiguió vivir tres días oliendo pan. Resulta patético pensar en el viejo filósofo apegándose, a través del pan, a la vida. Desde la época de los musulmanes, Alcalá de Guadaira, en la provincia de Sevilla, goza de merecida fama por sus espléndidos panes hogazas.

De Ceres y de Minerva
soy, Señor, favorecida
Minerva me da la vida
y Ceres la espiga y hierba.

Así rezaba un lema alcalaíno. Del pan viene el gazpacho, plato que no nos entusiasma, y su canijo, el salmorejo, con «sus rojos pimientos y ajos duros». Pero como no queremos ser injustos ni

imponer nuestras preferencias particulares mejor será, para tratar del gazpacho, ceder la pluma a don Gregorio Marañón, que en su doble condición de médico y gastrónomo lo elogia cumplidamente. Don Gregorio debió de comer los grandes y antiguos gazpachos señoriales, que nosotros no hemos alcanzado a catar. Escribe Marañón en su libro *El alma de España:*

«El gazpacho, sapientísima combinación empírica de todos los simples fundamentales para una buena nutrición que, muchos siglos después, nos revelaría la ciencia de las vitaminas. La vanidad de la mente humana venía considerando el gazpacho como una especie de refresco para pobres, más o menos grato al paladar, pero desprovisto de propiedades alimenticias. Las gentes doctas de hace unos decenios maravillábanse de que con un plato tan liviano pudieran los segadores afanarse durante tantas horas de trabajo al sol canicular. Ignoraban que el instinto popular se había adelantado en muchas centurias a los profesores de dietética y que, exactamente, esa emulsión de aceite en agua fría, con el aditamento de vinagre y sal, pimentón, tomate mojado, pan y otros ingredientes, contiene todo lo preciso para sostener a los trabajadores entregados a las más rudas labores. Con el vino, que casi nunca falta, su eficacia se acentúa, y si pudiera añadírsele un buen trozo de carne podría considerarse el gazpacho como alimento muy próximo a la perfección. En la misma Andalucía hay numerosas variedades del gazpacho: el de Sevilla difiere del de Cádiz, del cordobés o del granadino, y aun dentro de cada región o ciudad pueden gustarse gazpachos diversos, a veces sólo diferenciables por un leve matiz. El buen catador los conoce y diagnostica sin vacilar».

A nosotros nos parece bien, y entre todos los gazpachos que hemos conocido preferimos uno que tomamos en Córdoba, blanco, frío, exquisito, cuya acidez estaba paliada por unos pedazos de manzana...

Después del gazpacho, que don Juan Valera pretende que fuese el plato pastoril que Virgilio cita en su Segunda Égloga –«*Alia, Serpyllumque, herbas confundet clentes*»–, viene el salmorejo. En España hay diversos platos llamados así y derivados de la palabra «sal». Es un majado de hígado, de pan con ajos, sal, aceite crudo, vinagre y agua. A veces se le añade un tomate y un huevo duro. Es, realmente, una mantenencia espartana. Una variación del salmorejo es el carnerete que, contra lo que se pudiera imaginar, no lleva carne de carnero, aunque sea plato de pastores y gañanes. En este caso la miga de pan



se pone frita y se añaden unos huevos batidos. Si no vamos errados, es éste un plato de la serranía de Córdoba.

El ajo blanco con uvas es cosa de mayor entidad y delicadeza. Lo tomamos en cierta ocasión en una casa particular de Granada y se nos antojó excelente. Años después, en un empingorotado hotel de la Costa del Sol, de cuyo nombre preferimos no acordarnos, nos sirvieron un engrudo, casi helado, bajo este nombre. Evoquemos el primero, estupenda entrada de una delicada cena, en una receta inmortal del gran cocinero malagueño José Gómez González:

«Se toman quince o veinte almendras, se ponen con agua en un cacito al fuego para escalfarlas y quitarlas el pellejo. Mondadas se ponen dentro del almirez con cuatro dientes de ajo y una poca de sal y se machaca hasta que esté bien mojado. Le agregaremos entonces una miga de pan, que tendremos de antemano en remojo y seguiremos majando incansablemente y con fe hasta que todo esté bien mezclado. Poco a poco, chorrillo a chorrillo brevísimos, se le va agregando aceite y se sigue machacando y rebatiendo al mismo tiempo, sin parar, hasta lograr que se forme una pasta como si fuese mahonesa. Entonces se le agrega vinagre y se bate nuevamente hasta que se incorpore en la pasta. Ha llegado el momento de pasar la pasta a una sopera, donde se va echando agua fría y desliando en ella la pasta. Puesta clara ya, se desgrana un limpio racimo de uvas y se retuercen o pican costrones de pan. Se paladean; se rectifica de sazón si lo ha menester, y he aquí terminado el ajo blanco».

Esta sopa procede de la de almendras, plato cotidiano de Málaga, mientras que en Madrid suele ser solamente manjar de Nochebuena. Una perfecta sopa de almendras lleva, además de éstas, ajo, pimienta, azafrán, comino, aceite y sal. Hay quien le añade un chorrito de vinagre, cosa que nos parece innecesaria.

En el capítulo de sopas no podemos olvidar las modestísimas sopas de gato, de Cádiz, que son unas sopas sin pimentón y sin caldo, que a veces se hornean, quedando el plato como una especie de torta. Y de las sopas de gato pasamos al caldillo de perro, también gaditano y mucho mejor, pues es una sopa de pescado, de pescado fresco como sólo se encuentra en las tabernitas portuarias. La base es la fresquísima pescadilla y un sofrito considerable de cebollas. Hay quien, al servirse, añade zumo de naranjas agrias.

Otras sopas son: el ajo caliente gaditano; el consabido potaje de garbanzos a la andaluza, con alubias blancas, ajo, cebolla y comino;

el caldo de pimentón de Almería, a base de mero, patatas, pimientos verdes y comino; las sopas de rape, comunes a toda la costa mediterránea; la sopa de boquerones, finos como fideos. El célebre potaje de habas secas se come, en Granada, por San Antón, ya que es un plato invernal que acepta la cabeza de cerdo, oreja, tocino e incluso morcillas. Es curioso el paralelismo que tiene este plato con la célebre *fava parada* mallorquina e incluso, aunque más remoto, con la fabada asturiana y el cocido vasco.

La cazuela de habas verdes –la legumbre que Pitágoras rechazaba por presumirla afrodisíaca– se hace en Granada con varios ingredientes. Dos grandes platos de habas verdes existen en España: el catalán, que las presenta rehogadas, y las granadinas, plato excelentísimo cuya receta no podemos menos que aprontar aquí:

«Cogerás las habas necesarias que desgranarás en un barreño. Lavadas allí, las pasarás a una cacerola con agua fría y las pondrás al fuego. Mientras empiezan a hervir, pelarás unas cuantas cebollas nuevas, que picarás menudamente, añadiéndoles un diente de ajo, también picado. Freirás cebolla y ajo en sartén con aceite, y una vez dorados agregarás, para que fría, una porción de tomate, si es posible, natural. Quitarás el agua, que ya hervía, a las habas, y al quedar en seco, le agregarás el refrito de la sartén, las removerás para que se mojen del refrito y le añadirás agua nueva que las cubra, un ramillete "albaicinero", compuesto de hojitas de laurel, hierbabuena y perejil, y una docena de alcachofas, que nacen en la huerta granadina al mismo tiempo que las habas. Tápese bien la cacerola hasta que todo esté tierno y se haya embebido la mitad del caldo que se le puso. Se agrega entonces azafrán, comino y pimienta y una miga de pan frita y remojada para que espese la salsa. Al servir las habas, cuajarás uno o dos huevos por cada comensal».

Pero ya que hablamos de habas, recordemos el jamón de Trevélez a la granadina, que son unas fastuosas lonjas de este jamón, del que luego daremos la debida referencia, con habas verdes, las finísimas habas de las huertas de Granada. Otro plato de habas, de la vertiente mediterránea andaluza, las habas cocidas en su vaina, que en Andalucía se las llama «con calzones», nos recuerda platos parecidos que hemos comido en Italia y Grecia. Uno de estos platos comprende ajos, huevos, avellanas y vinagre.

Y por este camino llegamos a la célebre sopa o potaje de trigo, que hallamos también en La Mancha –y en la cocina teutónica y eslava, las



grandes tierras del viejo feudalismo cristiano y cereal–. Damos en las páginas que se refieren a la cocina manchega las fórmulas actuales de este antiguo potaje que en el primer libro coquinario español, el de Ruperto de Nola, aparece en muy distinta fórmula, cuya ortografía respetamos:

«Tomar trigo grueso candial, y ponerlo en mortero de mármol o de piedra, y machacarlo dando de contino de una manera con la mano que sea de box en medio del mortero, empero tener tiento que no se muela el trigo si no que se parece, y al machacar échalo poco a poco, agua que la agua es la que le haze parar, y desque el trigo sea bien parado ponlo en un cañamazo bien aspero, y entregalo con el muy rezio de manera que el holejo o saluado se le quite todo. Desque este limpio lauarlo con dos o tres aguas, que sea caliente la agua de buena manera; después la noche antes echar el trigo a cocer, y cueza tanto hasta que los granos estén rebentados o estrujados, y después quitarlo del fuego, y ponerlo dentro de un cuenco de palo o en un plato hondo, y cubrirlo bien, y esté allí toda la noche hasta la mañana, y venida la mañana mudarlo de una olla a otra, y ponerlo a cocer al fuego, y desque sea cozido echarle la leche de las almendras passadas por un sedazo y as de saber que dos escudillas de trigo an menester ocho libras de almendras, y tres onzas a lo menos de trigo grossal o candial, y sobre las escudillas azúcar y canela».

El potaje de trigo granadino actual tiene –según Dionisio Pérez, a quien tantas noticias debemos– un majado de pan frito, garbanzos y un pimiento llamado «de cornicabra».

Los potajes de lentejas granadinos son muy distintos del socorrido potaje castellano, el potaje de viudas cuaresmal, llamado así por ser plato de abstinencia, casi quevedesca, y por la soledad, tan desamparada, tan viudal, en que aparece la legumbre. En cambio, en este potaje de lentejas granadino el barroquismo es casi de la corte de los nazaríes: aparece en él la calabaza, el pimiento de cornicabra y el tocino.

Y dejando de una vez tanto potaje, llegamos a la alboronía, que tan gratamente evocaba, con su elogio a la cocina cordobesa, don Juan Valera. Según el diccionario de la Real Academia, alboronía viene de *al-buraniyya*, guiso que lleva el nombre de Buran, esposa del califa al-Mamun, cuyas bodas fueron sonadas. Estamos seguros de que la noticia del plato y su etimología se deben a una ficha de don Juan Valera, quien ocupó, durante cuarenta y cuatro años, el sillón de la letra I de

la docta casa. Valera debió de leer la noticia en el arabista Dozy, a quien veneró. ¿Quién era Buran? Una bellísima mocita de dieciocho años, hija del visir al-Nasan ibn-Sahl, que casó en Bagdad, en 825, con el califa abasí al-Mamun. Las bodas han quedado en la literatura árabe clásica como una inolvidable extravagancia de aquellos tiempos. En la ceremonia fueron ofrecidas a los novios, que estaban sentados en una esfera cuajada de perlas y zafiros, mil perlas grandes, todas del mismo tamaño, en una bandeja de oro. Hubo, por supuesto, un festín inolvidable. No es seguro que en esta cena se sirviese la alboronía de la que habla don Juan Valera. Lo más probable es que al crearse este plato se le comparara con los que se sirvieron en aquellas bodas fastuosas. Una comparación exagerada, ¡qué duda cabe! En nuestra literatura, un gran festín evoca las bodas del rico Camacho que describe Cervantes, y en la francesa del siglo XIX, un ágape opulento se conocía con el nombre tan lleno de resonancias bíblicas de «Balthazar». La alboronía, madre de los pistos manchegos, es un guisado de berenjenas, tomate, calabaza y pimiento, todo mezclado y picado.

De las sopas, potajes y alboronías hemos de pasar a los platos de huevos. Excelentes son en Andalucía, de donde procede, si no nos equivocamos, la sentencia:

> Toma el huevo de una hora
> el pan, de aquel mismo día
> el vino, que tenga un año
> y algo menos la gallina.

En Sevilla hemos comido los mejores huevos fritos, los más sabrosos de yema, los más escarolados y crujientes de clara –finísima gorguera–; los tomamos con jamón de Cumbres Mayores. Bueno era el pan, frescos los huevos, exquisito el jamón, imponderable el aceite.

Sobre el aceite andaluz hemos de hacer una necesaria digresión. Pocos elementos gastronómicos han sido más vejados que el aceite. Los viajeros románticos franceses –tan deliciosos como desdeñosos–, los ingleses –tan entusiastas como alegres–, los graves alemanes, todos ellos, al llegar al capítulo de la cocina, hablan del nauseabundo aceite de nuestras fritangas. No les falta razón, aunque tenemos para nuestro capote que si entonces los aceites eran hediondos, hoy son, por lo refinados y sofisticados, absolutamente inocuos, baldón de una cocina montada sobre esta grasa vegetal.

El olivo es árbol autóctono del Mediterráneo, según unos; traído por los fenicios, según otros eruditos en estas materias, a pesar de que



la palabra tenga un claro origen árabe. Los mejores aceites no han sido, tradicionalmente, los españoles. Ángel Muro señalaba, en 1891, que los italianos de Brindisi y Bari y los franceses de Provenza superaban a los españoles. Los aceites andaluces tampoco son los mejores de España, aunque en Jaén, en Córdoba y en Sevilla los haya excelentísimos; los aceites de superior calidad son los del Bajo Aragón y los de Cataluña. Pero forzoso era detenerse, en algún lugar del libro, para hablar de la grasa fundamental de nuestras frituras y guisados, y siendo tan famosos los fritos andaluces, nos ha parecido bien hacerlo aquí.

Especial mención merecen las aceitunas andaluzas, a pesar del refrán amenazador: «Aceituna, una es oro, dos, plata y la tercera, mata». La gordal sevillana, la manzanilla, la reina, la picuda y otras no tienen par, ya sean con hueso, aliñadas o rellenas de anchoa.

Volviendo a la cocina basada en huevos, Andalucía los presenta en todas sus formas: fritos, revueltos, en tortilla, como ingrediente en repostería. De la provincia de Sevilla son los huevos a la flamenca. En su *Primer viaje andaluz,* nuestro buen amigo, compañero de tantos manteles, Camilo José Cela, sitúa en Écija la descripción inolvidable de un ágape con estos huevos, y nos da, con su estilo inimitable, ilustre y popular, la clara receta:

> «En el plato de barro se rehoga, con manteca de puerco gruñidor, la cebolla y el jamón –jabugueño o treveleño, que tanto monta– cortado como Dios manda: a la andaluza, en gruesos dados y jamás en lonchas, ni aun hechas con cuchillo, que le capan el gusto y le derraman el campesino y saludable olor. Cuando empieza a pintarse se le añade el tomate y, cuando el tomate se calma, se le obsequia con tantas cucharadas (de cucharilla, no de cuchara) como comensales, de judías verdes cortadas en pedacitos y de guisantes que, como las judías y los espárragos –que ahora salen–, estarán ya cocidos. Se ponen unas patatas fritas y unos pimientos morrones de lata, todo en trocitos, unas puntas de espárragos, unas rajas de chorizo a las que el vagabundo recomendaría no quitar la piel –que no le ahuyente las substancias, y, en cambio, lo guarda entero y redondo–, otra cucharada de tomate, la sal y menos de lo que se piensa de pimienta. Así ya todo preparado, debe dejarse cocer durante el tiempo de rezar en voz alta –en voz baja no vale, que se va más de prisa– el Credo, el Yo Pecador y el Señor mío Jesucristo; si la cocinera, a fuer de devota, tiene propensión a rezar al trote, deberá sumar, a lo ya dicho, un Padrenuestro, un Avemaría y un Gloripatri. Si la cocinera tiene a mano

un reloj y lo sabe leer, basta con que deje pasar cinco minutos más bien largos. Al cabo de este tiempo se pone todo en un plato huevero que esté caliente, y, sobre el paisaje que muestra, se cascan los huevos. Se riegan con la misma salsa, se le sopla un poco de perejil picado y se terminan en el horno hasta que la vista dice que ya están. Una vez en suerte de ser sacados a la mesa, se adornan con trozos de jamón y rodajas de chorizo –los ambos ornamentos, fritos–, que se separan entre sí con retales de pimiento morrón. La cocinera deberá darse prisa en el adorno porque éste es el plato que ha comerse recién nacido».

Otros platos de huevos son: la tortilla de patata rallada gaditana y la célebre tortilla del Sacromonte, que hemos comido tantas veces en Granada. Por lo que pueda valer, damos su fórmula, debida a Enrique Ortega Montes. La tortilla, que otros llamaron antes «a la granadina» y en la que entraban parejos ingredientes, es así:

> «Se limpia una sesada o varias, según el número de comensales. Se cuecen con sal; cocidas, se dejan enfriar. Se cortan en pedazos como nueces pequeñas; se pasan por pan rallado y luego por huevo batido y se fríen en aceite hirviendo. Cuando enfríen se las corta en pedacitos chicos como guisantes. Se limpian otras tantas criadillas de ternero o de cordero, se cortan a igual tamaño de guisantes, se sazonan, se saltean y se ponen a escurrir. Al mismo minúsculo tamaño se cortan, sazonan y fríen unas patatas. Se cortan también igualmente unos pimientos morrones y se unen unos guisantes y se saltean. Y ahora, reunidos todos esos componentes, no hay más que echarlos en los huevos batidos y hacer la tortilla».

Las huertas andaluzas producen los mejores vegetales comestibles, tan apropiados, algunos de ellos, para el gazpacho, del cual hablamos en otras páginas. Añadamos el aliño gitano ensalada con pepinos, pimientos, tomates, aceite, vinagre y sal espolvoreados con canela. La ensalada sevillana con escarola, aceitunas deshuesadas y estragón es excelente; la ensalada almoraima, con ajo, escarola, tomates y una cucharada de pimentón, es una de las más características. Explicarlas todas sería un error, por la prolijidad que impondría a este capítulo.

Platos de más complicación son los alcauciles rellenos (alcachofas) de Cádiz, las espinacas a la cordobesa, con cebolla, ajo, pimentón, vinagre, canela y costrones de pan frito, y las de Jaén, más sencillas, sin pimentón ni canela. Mención especial merecen los espárragos trigueros



o amarguillos, excelentes en tortilla o al estilo andaluz, es decir, cocidos y acompañados de una salsa donde aparecen, en impresionante confusión, ajo, harina, cominos, azafrán, pimienta blanca, aceite y sal, o con una salsilla de pimentón, pan rallado y guarnición de huevos cuajados. Los pimientos a la malagueña son horneados con un sofrito de cebollas y pasas. El ajo de la mano, cordobés o jiennense, se hace con patatas, pimientos colorados secos, ajos, pimentón, cominos, aceite y vinagre. El ajo harina es un guiso de la serranía de Jaén; consta de bacalao con patatas y de una densa salsa integrada por tomates y pimientos, ajo y cominos, azafrán y pimienta espolvoreada de harina. El frito de espinacas y collejas es una comida de los días de abstinencia; a veces contiene tortilla o se añade a un guiso de abadejo. Las acelgas, tan insípidas ellas, adquieren, fritas en aceite, con sal, pimienta, ajos y torreznos una simplicidad agradable. Las pipirranas son un plato de la provincia de Jaén; lo integran bacalao frito, con pimientos, pan rallado y otras escuálidas guarniciones.

La cocina de pescado es rica y variada. Cádiz y Málaga son la patria de las frituras. Empecemos por Cádiz, donde se encuentran los mejores crustáceos y moluscos: cangrejos, bocas de la Isla, gambas (el gámbaro), ostiones, coquinas, etcétera. Las bocas de la Isla, de las que sólo se comen, hervidas, las tenazas, unas pinzas enormes, pardas de color, son acompañamiento para el cante antiguo, reminiscencia de aquel Cádiz que fue el emporio del hondo. El cante de Silverio Franconetti, del Mellizo, de Manuel Torre, el Niño de Jérez, sabe como el pequeño camarón llamado «gámbaro», que al cocer se torna blanco en lugar de bermejo. Las frituras de Cádiz son apropiadas para ser degustadas entre cañas de manzanilla y con el temblor de la viejas voces con rajo, erguidas y faraónicas.

> Fueron a coger coquinas
> los voluntarios de Cádiz
> fueron a coger coquinas
> y a la primera descarga
> olvidaron las carabinas.

Así oímos a Manuel Vallejo cantar, inhumano y antiguo, con una voz adarvada y penetrante, las alegrías de Cádiz. Parecía una disecada garza real del coto de Doñana. Las coquinas son unas almejas suavísimas que dan un delicado toque al arroz y que resultan excelentes para la sopa. Se parecen a las vongole del Adriático, tan propias para acompañar la pasta. El ostión semeja a la ostra portuguesa, la *griphea*,

y posee todavía un sabor marino más insolente, más misteriosamente afrodisíaco; es excelente para una de las infinitas sopas «al cuarto de hora» españolas, que en Cádiz tienen, cuando no agobia el calor, una gracia especial. En otro tiempo, el ostión se preparaba con un picadillo de ajos y perejil y un rocío de pimienta; o bien empanado y frito. Las empanadas de ostiones fueron, dicen, el origen de *les huîtres pannées* francesas. Flojo servicio hicimos a los galos.

Las panojas malagueñas disputan al pescadito frito gaditano su excelencia. Las panojas son los boquerones enharinados y unidos por la cola, como en abanico, y fritos con el secreto malagueño, distinto del gaditano. No podemos extendernos en tan sutiles diferencias. El chanquete frito es otra gracia especial de la sartén malagueña, tan alegre y crepitante.

Los platos de pescado son infinitos. El suave y rosado pargo encebollado, la pescada blanca al ajillo, el besugo a la piriñaca, la raya al pimentón, el pez espada en amarillo, el atún con tomate, la lisa –princesa de la bahía gaditana– con sus mil aderezos, los chocos, la caballa, el rape, el sábalo, la pescada en blanco a la malagueña, los boquerones con fideos, los imponderables escabeches, la moraga de sardinas de Motril, la abajá de pescados a la algecireña, los soldados de Pavía... Escojamos algunos. De Huelva son los chocos con habas, plato original, si los hay. Los chocos y sus parientes las castañuelas son unas variedades de calamares que se hallan en la costa atlántica. Si son de buen tamaño, se suele freírlos o guisarlos con patatas o con arroz caldoso. Con habas, cuando éstas son tiernas, adquieren su máxima calidad.

Se vierte en una cazuela un poco de aceite y en cuanto esté caliente se le pone unos dientes de ajo; cuando éstos ya se hayan frito, se echan en dicha cazuela los trocitos de choco, debidamente limpios, revolviéndolos en el aceite, y pasados ocho o diez minutos se ponen habas desgranadas y una pequeña cantidad de agua caliente; cuando el guiso ha quedado, sin quemarse, en el aceite, se le aparta. El atún con tomate o el atún mediado a la malagueña, con pretensiones de ser tomado por ternera, con platos tradicionales que proceden de la pesca en las almadrabas de los duques de Medina Sidonia. De ahí viene la célebre frase «Por atún y a ver al duque», que se dice de quienes hacen las cosas con dos fines. La frase era «A Sanlúcar, por atún y a ver al duque». Alonso Pérez de Guzmán, duque de Medina Sidonia, el desdichado almirante de la Armada Invencible, fue, por esta razón, y por otras obvias, llamado «rey de los atunes».

El rape con patatas y pimientos morrones es un plato marinero de la provincia de Málaga, como lo es la pescada blanca a la malagueña,



cocida con mayonesa, un caldo corto y unas gotas de limón. La pescada es la merluza mediterránea. La moraga de sardinas, plato de Motril, nos ha servido en más de una ocasión de merienda. Se trata de un plato sencillo, basado en la calidad de la primera materia:

> «Limpias las sardinas, se las pone en una cazuela de barro y se las aliña con sal, un chorrito de aceite, un vaso de vino blanco, el zumo de medio limón y un menudísimo picadillo de ajos y perejil. Para hacer este plato basta con que permanezca doce minutos en el fuego y ahí tenéis la moraga aromática, apetitosa y con influencia árabe».

Los fideos a la malagueña van cocidos con panojas de boquerones, guisantes, patatas cortadas en cuadraditos y pimientos morrones.

El abajá de Algeciras tiene la siguiente fórmula:

Ingredientes: varias clases de pescados, finos y ordinarios, en cantidad suficiente para cuatro comensales; una copa de vino blanco; seis ajos; media cebolla; pimienta negra; pan; perejil; un tomate no muy grande; azafrán; aceite y sal. Una vez limpios los pescados, se cortan en pedazos regulares y se ponen a cocer en agua y sal, añadiendo vino blanco. En otra cazuela se rehogan la cebolla, el perejil y un ajo, picados, además del tomate, también trinchado. Mojad esto con la tercera parte del caldo de los pescados. Se le agrega ahora el pan, desmenuzado con los dedos. Haced un majado con el azafrán, un ajo, la pimienta negra y unas gotas de aceite, disolviéndolo con un poco de caldo. Echadlo en la sopa, dejando que cueza unos minutos. Los pescados se sirven aparte de la sopa, en otra cacerola, y se sazonan con ajos machacados, disueltos en aceite abundante mezclado con un poco del propio caldo. Todo ello se hierve antes de servirlo.

Los soldaditos de Pavía, que tuvieron su origen en Andalucía y luego adquirieron carta de naturaleza en Madrid, son filetes de bacalao enharinados, coloreados con perfumado azafrán y fritos de manera que queden crujientes.

Las carnes son regulares. El vacuno tiene poca entidad en Andalucía. El mejor estofado lo hemos tomado en un ventorro de carretera, y era de cerdo y muy acentuado de laurel, aunque sin llegar a los excesos que con el árbol de Apolo cometen los portugueses. El cerdo andaluz es excelente y sus productos, inefables. Hemos de comenzar por el jamón, que tiene dos capitales andaluzas: Trevélez, en Granada, y Jabugo, en la serranía de Huelva. El de Trevélez, el pueblo más alto de España, es un jamón de color violeta curado en la nieve; el de Jabugo y su vecino, el de Cumbres Mayores, se curan a los vientos secos serranos.

¿Cómo se ha de tomar el jamón? Uno de los más conspicuos devoradores de jamón, Camilo José Cela, con quien hemos compartido durante años esta altísima afición, es partidario de los dados. Así lo cuenta, con la autoridad de una sólida experiencia, en su *Primer viaje andaluz:*

«Hay personas –lo más probable es que tengan el estómago tan hecho a las hartaduras como el paladar horro de las fuentecicas del gusto– que comen el jamón en lonchitas muy finas y casi transparentes. Al vagabundo, que piensa que con las cosas de comer no debe jugarse, tal maña le parece una herejía. El vagabundo tiene a la máquina de cortar jamón por el enemigo natural del jamón y el más desconsiderado castrador de sus virtudes. A quien se quiere bien, no se le lleva a la guillotina. El vagabundo cree que el jamón debe cortarse con cuchillo y comerse en tacos gordos, que quepan en la boca pero que tampoco dejen demasiada boca vacía. Del jamón se goza no sólo oliéndolo y gustándolo, sino también mirándolo y mascándolo. No debe pincharse con la navaja –y menos con el tenedor o el mondadientes– y la herramienta más apropiada para llevárselo a la boca son los dedos, que para algo los habrá hecho Dios.

»El jamón del Jabugo es magro y deleitoso, glorioso y singular, curado al aire sano del pico de la Cabezuela, de color moreno y de recia, al par tiernísima, masticadura. El jamón de Jabugo –chacina del Jabugo, la mejor del mundo, dice el refrán y aquí sí es cierto– es bocado propio de bienaventurados».

Dionisio Pérez y otros gastrónomos están por las finas lonjas:

«Me enseñó a comerlo, que es ciencia grave, un insigne periodista, Modesto Sánchez Ortiz, siendo director de *La Vanguardia,* de Barcelona: este jamón hay que cortarlo en lonjas finísimas, delgadas como hojas de papel, como las virutas que saca la garlopa acepillando la madera, y comido en esta sutilidad supera a todo sabor, excede a todo gusto y a todo aroma».

No nos atrevemos a pronunciarnos sobre este grave problema, pero sí aconsejamos que el jamón se coma acompañado por los claros vinos secos andaluces, de gran calidad: los finos, los moriles, las manzanillas...

Un plato típico andaluz es el menudo gitano, también llamado «callos a la andaluza», que lleva garbanzos. Demos la inapreciable fórmula de José Gómez González:



«Para ocho personas, se toma kilo y medio de menudo y medio de cuajar, y tres manos pequeñas de ternera. El menudo se pone sobre una mesa y se limpia de piltrafas con el cuchillo; igualmente el cuajar; cuando esté limpio se cortan a pedazos no muy grandes, se colocan en un barreño y otra vasija, se toman las manos, se cortan por la mitad, se cortan a pedazos y se colocan en el barreño donde tenemos el menudo; se le agrega vinagre, sal y zumo de limón. Con las dos manos se trabaja muy bien; después se pasa a otra vasija y se hace la misma operación, agregándole agua; de este modo se trabaja tres o cuatro veces. Cuando la última agua esté muy clara se le quita ésta y queda en disposición de prepararlo en una marmita u olla. Se coloca todo el menudo, se cubre de agua, se pone al fuego y cuando haya hervido se le quita aquella agua, aumentándole medio kilo de garbanzos remojados, una cebolla picada fina, cinco dientes de ajo picado, una cucharada de pimentón, un manojito de zanahoria, picado, perejil y hierbabuena atados con un bramantito y un pedazo de hueso de jamón. Cuando esté unido en la marmita, se cubre de agua y se pone al fuego con una poca sal. Cuando se vea que todo está tierno, se le aumenta cuatro chorizos y un pedazo de morcilla y se deja que cueza un cuarto de hora más. Se hace un refrito de cebolla, pimientos verdes fritos, tomates y pedacitos de jamón, y cuando esté el refrito se vierte en la marmita donde esté el menudo, se machacan en el mortero dos dientes de ajo, un pedacito de nuez moscada y azafrán y se echa el menudo. Se paladea de sal; se sirve en fuente honda; se trinchan los chorizos y morcilla; se colocan sobre el mudo y queda para servirse este plato».

Otros platos son el aji-pollo con patatas; el estofado de carne de toro corrido; el pato a la sevillana con aceitunas; las perdices a lo torero, que evocan a José Redondo, Chiclanero, el más bravo y romántico de los toreros de su época. Estas perdices las atribuye nuestro maestro Doménech al propio Chiclanero, y apunta la siguiente receta:

«Tómense algunas anchoas y unas lonjas de tocino, píquense con los menudillos de las aves, rellenando completamente con esta masa el cuerpo de las perdices; colocadas éstas en una cacerola, se rodean con tomates y pimientos cocidos y pelados, con sal, pimienta y perejil. A la media hora de cocción se añade medio vaso de vino blanco y al cabo de otra media hora se saca del fuego la cacerola para servir las perdices calientes con unas lonjas de jamón muy delgadas y fritas aparte».

Las berenjenas rellenas son un plato –en otro lugar lo hemos precisado– de una amplia geografía mediterránea. Recordemos aquel bello poema de Ben Sara, el poeta arábigo-andaluz del siglo XII, traducido por Emilio García Gómez:

Es un fruto deforma esférica, de agradable gusto, alimentado
por agua abundante de todos los jardines.
Ceñido por el caparazón de su pecíolo parece un rojo corazón
de cordero entre las garras de un buitre.

Las berenjenas con queso son un plato andaluz. En el siglo XVI las cantó, en un prosaico epigrama, el poeta sevillano Baltasar de Alcázar:

Tres cosas me tiene preso
de amores el corazón
la bella Inés, el jamón
y las berenjenas con queso

Otros platos son: la cola de toro a la jerezana, los medallones de ternera a la algecireña, la caldereta de cordero, de las serranías de Córdoba y Jaén, y tantos otros platos de una cocina variada y rica. Y no hablemos de los embutidos, desde la morcilla, «gran señora, digna de veneración», en verso de Alcázar, también, hasta los morcones de Jabugo, cumbre, a nuestro modo de ver, de la chacinería española. El morcón es lomo embuchado del más exquisito cerdo, sazonado con pimentón.

El capítulo de dulcerías es impresionante, de iniciación semita –árabe y judía– y de cristianísima consolidación. Es la mesa privada el verdadero paraíso del goloso.

Comencemos por los alfajores, tan gratos al Doctor Thebussem, el gentil erudito de Medina Sidonia. También son conocidos con el nombre de «alajú»; se trata de una pasta de almendras, nueces y piñones, pan rallado y tostado y miel bien cocida con semillas de ajonjolí. La palabra «alajú» viene del árabe y quiere decir «relleno» o «mechado». De los hojaldres hemos hablado ya en otra parte del libro. Añadamos sólo que son exquisitos. El piñonate, como su nombre indica, es una esponjada pasta de piñones, harina y azúcar o miel. Los pestiños, postre de bodas, llamados también «frutas de sartén», son hechos con porciones pequeñas de masa de harina y huevos batidos, inmersas en un molde que contiene aceite y miel para que se frían. Este molde se llama, en algunos lugares, «tejeringo», y, por extensión, se



denominan «tejeringos» a los pestiños. Entre los bizcochos, excelentes todos, destaca el bollo maimón, roscón de masa de bizcocho, que nada tiene que ver con una sopa de aceite llamada del mismo modo. Los mostachones de Utrera son unos bollos pequeños hechos con pasta de almendra, azúcar, canela y especiería fina. Los gajarros de Córdoba, «cilíndricos, huecos, formados por una cinta de masa cilíndrica, que se enrosca en espiral», según Juan Valera, quien los evocaba en sus remotas embajadas de Rusia, Washington o Río de Janeiro, son otra fruta de sartén, de consistencia semejante al barquillo, hecha con harina, huevos y miel. Bien conocidos son los roscos de vino, los mantecados de Estepa, las magdalenas, las imponderables yemas del convento de San Leandro, de Sevilla –las monjitas tuvieron mano iluminada para hacerlas–, los polvorones confeccionados con harina, manteca de cerdo y azúcar y las perrunas –variedad cuyo aroma recuerda al de la corteza de lima o limón–; los garrotillos, los flanes, los antiguos almíbares de las comendadoras de Santiago, los arropes, las empanadillas de Santa Catalina...

Tal es la cocina andaluza: difícil de conocer por el viajero curioso, pero rica y tradicional. El mejor prosista andaluz del Siglo de Oro, el clérigo cordobés don Francisco Delicado, la sintetizó maravillosamente en su libro *La lozana andaluza* con una impresionante elocuencia.

# Selección de recetas

## ATÚN CON TOMATE

*4 personas*

4 trozos de atún de 150 gramos cada uno
500 gramos de tomates maduros
20 gramos de harina
2 decilitros de aceite
1 ajo grande
1 limón
1 hoja de laurel
perejil
sal

El atún, sazonado con sal y zumo de limón, se pasa por harina y se fríe en el aceite. Una vez frito por ambos lados, se colocan las lonchas de atún en una tartera de barro barnizado.

En la sartén utilizada, donde se habrá dejado algo de aceite, se fríen el tomate, pelado, sin semillas y picado, y la hoja de laurel; se sazona todo con sal y un poquito de azúcar, para atenuarle la acidez, y cuando está bien reducido, se vierte sobre el atún, al que se cubrirá totalmente.

Por encima se esparce el ajo y el perejil y se mete en el horno, donde se deja durante unos quince minutos.

Sírvase en la misma tartera.

## HUEVOS AL PLATO A LA FLAMENCA

*4 personas*

6 u 8 huevos
80 gramos de jamón serrano
1 decilitro de aceite o manteca de cerdo
1 cebolla mediana
150 gramos de tomates maduros
2 cucharadas de guisantes cocidos
2 cucharadas de judías verdes cortadas a cuadritos y cocidas
2 cucharadas de puntas de espárragos cocidas
1 patata grandecita o dos pequeñas
3 pimientos morrones
8 rajitas delgadas de chorizo o longaniza
1 copita de jerez seco
1 cacillo de salsa de tomate
1 poco de jugo de asados
pimienta de molino y sal



Para adornarlos:
8 lonchitas de jamón serrano
y 8 rajitas de chorizo un poco gruesas

En sartén o en cacerola de borde bajo se pone la manteca o el aceite. Colocado el recipiente a la lumbre, cuando el contenido está caliente se fríe la cebolla picada y el jamón cortado a cuadros; al empezar a dorarse se le incorpora el tomate pelado y picado y se deja freír también unos minutos, luego se les añaden los guisantes, las judías verdes, las puntas de espárragos, las patatas cortadas a cuadritos y fritas, un pimiento morrón a cuadritos y las rajitas de chorizo.

Mézclese bien, saltéese y riéguese con el vino; échesele un poco de salsa de tomate y déjese cocer lentamente, durante unos seis minutos, esta especie de menestra. Rectifíquese de sal y póngase un poco de pimienta.

Antes de llevar el plato a la mesa, se vierte todo en una fuente de gratinar o en platitos individuales que resistan el horno. Una vez vertido, se alisan para nivelar todos los componentes preparados, y encima se ponen los huevos, cascados previamente en un platito, de uno en uno; se sazonan con un poco de sal, sólo la parte de las claras, y se les echa un poquito de perejil picado por encima.

Riéguense con jugo de asados, si se dispone de él, y cuájense en el horno, teniendo presente que las claras deben quedar cocidas y las yemas, blandas.

Así que se sacan del horno, se adornan o guarnecen los bordes de la fuente con ocho lonchitas de jamón serrano y ocho rajitas de chorizo recién fritas, más ocho triángulos de pimiento morrón, que se colocarán en forma alternada. Sírvanse siempre recién hechos.

## PERDICES A LO TORERO

*4 personas*

4 perdices, o 2 si son de buen tamaño
3 anchoas
100 gramos de tocino
4 tomates grandes maduros
3 pimientos medianos
4 lonchas espléndidas de jamón serrano, cortadas muy finas
1 vaso de vino blanco
perejil
pimienta molida
sal

Se limpian bien las perdices. Los higadillos, con el tocino y las anchoas, éstas sin espinas y bien lavadas al chorro del agua fría, se pican a cuchillo, formando una farsa bien triturada, que se sazona con un poco de pimienta (puede añadírsele un pequeño migón de pan blanco previamente remojado en leche y exprimido después).

Con esta farsa se rellenan las perdices, se embridan con bramante, tras cerrarles el orificio posterior para que la farsa no se salga, se espolvorean con un poco de sal y se doran o fríen en el aceite, que ya tendremos en la cazuela.

Una vez doradas se les añaden los tomates pelados algo picados y los pimientos, también pelados –para pelarlos se chamuscan a la llama de la lumbre y se pelan al chorro del agua fría– y troceados, ambas cosas previamente pasadas por la sartén con aceite y sazonadas con sal, pimienta y perejil picado.

Tápese la cacerola y déjense cocer lentamente durante treinta minutos. Transcurrida esta media hora se les añade el vino y, después de otros 30 minutos de cocción, se retiran las perdices del fuego. Ya estarán a punto para servirlas, pero no hay que olvidarse de quitarles el bramante.

En fuente aparte, pero simultáneamente, se sirven las lonchas de jamón, recién fritas.

## COCIDO ANDALUZ

*6 personas*

400 gramos de carne de vaca
1 trozo de costilla de cerdo
100 gramos de tocino
1 trozo de hueso de la caña con su tuétano
2 chorizos
2 morcillas
200 gramos de garbanzos puestos en remojo la víspera
500 gramos de judías verdes partidas por la mitad
500 gramos de patatas a trozos
1 buen trozo de calabaza cortado en pedazos
1 diente de ajo
unas hebras de azafrán
1/2 cucharadita de pimentón
3 litros de agua
arroz, fideos u otra pasta
sal

Póngase una olla o marmita, con el agua, sobre el fuego; cuando rompa a hervir se le agregan los garbanzos, la carne, el tocino, la costilla y el hueso. Al reemprender la ebullición se espuma, se le echa la sal y se deja cocer lentamente.

A las 2 horas se le añaden las judías verdes, las patatas, la calabaza, los chorizos y las morcillas.

Hágase un majado con el ajo, el azafrán tostado y el pimentón y adiciónese al cocido. Una vez todo alcanza su punto, se hace la sopa con el caldo y arroz, fideos u otra pasta. Las carnes y las hortalizas se sirven después conjuntamente.

La *pringá* consiste en las carnes que componen el cocido, cortadas a trozos (uno por comensal, como mínimo), fritas, hasta que forman una capa doradita y corruscante, en aceite, y un poquito de sal por encima. Mucho más favorecida resulta la *pringá* si se le agrega una fritada de tomates o de pimientos asados.



## ENSALADA A LA ALMORAIMA

*4 personas*

2 escarolas
algo menos de 1/2 cucharilla de cominos
1 diente de ajo grande
2 tomates medianos bien rojos
1 cucharilla de pimentón dulce o picante
6 cucharadas soperas de aceite fino
3 cucharadas de buen vinagre

Se limpian las escarolas, se desechan las hojas mustias y verdes, y las blancas y tiernas se dividen cada una en dos o tres trozos y se ponen en agua fría.

En el almirez empezaremos por machacar los cominos y seguidamente el ajo, luego agregaremos el pimentón y unas gotas de aceite y, por último, quitaremos la piel y las semillas a los tomates, los trocearemos y pondremos los pedazos en el almirez; reducido todo a una pasta bien fina, lo diluiremos con el aceite y el vinagre.

La escarola, bien escurrida, se pone en la ensaladera, se le espolvorea sal y se riega con el majado del almirez.

Mézclese bien. Suele acompañarse con aceitunas negras aliñadas y trocitos de huevos duros.

## SOPAS DE GATO

*4 personas*

1 litro de agua
2 huevos
2 cucharadas de queso rallado
1/2 decilitro de aceite crudo
1 diente de ajo
pan sentado (de uno o dos días antes)
10 gramos de sal
una pizca de pimienta molida

Pondremos al fuego una cacerola u olla con el agua, a la que añadiremos la sal, el ajo muy picado, el aceite y la pimienta (si se desea).

Así que empieza a hervir, se le añade pan cortado en rebanadas delgadísimas y en la cantidad debida, ya que las sopas deberán ser algo claras para que puedan cocer media hora como mínimo hasta que el pan se deshaga por completo y forme una papilla. Los dos huevos se baten en un bol o plato sopero, con el queso, y se mezclan con las sopas mientras éstas están muy calientes, recién sacadas del fuego. Se tapan por espacio de unos 10 minutos y después se sirven a la mesa. Hay quien las tuesta en el horno, en cuyo caso resultan espesas y cremosas, muy convenientes en tiempo frío.

Algunos prescinden del aditamento de huevos y queso rallado.

GAZPACHO

*4 personas*

1 pimiento mediano
200 gramos de tomates bien rojos y fuertecitos
1 pepino mediano
100 gramos de miga de pan blanco rallada
1 diente pequeño de ajo
unos cominos (aproximadamente la cuarta parte de una cucharilla)
2 cucharadas grandes de salsa mayonesa (espesa)
3/4 de litro de caldo o, en su lugar, agua
3 cucharadas de vinagre
pimienta
sal

Para la guarnición:
1 pimiento pequeño pelado
2 tomates pequeños bien rojos y fuertecitos, pelados y sin semillas
1/2 pepino o 1 pequeño pelado
1 cebolla pequeña
50 gramos de pan cortado a cuadritos (como costrones para la sopa) y ligeramente tostados, más bien secos, sin color

Los ingredientes destinados a la guarnición –pimiento, tomate, pepino y cebolla–, cortados a cuadritos pequeños, se presentan en platillos o rabaneras, por separado, al mismo tiempo que el gazpacho.

El pimiento, los tomates y el pepino (éste con su piel), se lavan, se cortan a trozos y se pasan por la máquina trituradora.

A continuación se les añade la miga de pan rallada –que tiene por misión espesar el gazpacho– y se deja en el refrigerador o nevera por espacio de 1 o 2 horas, tiempo que dedicaremos a preparar en el almirez el siguiente majado:

Se empieza por machacar los cominos, luego el ajo pequeño y, por último, se mezcla todo con la salsa mayonesa y el vinagre.

A las hortalizas que tenemos en el refrigerador se les incorpora el caldo y, finalmente, el majado del almirez.

Mézclese todo perfectamente, rectificándose de sal y pimienta, y pásese por el colador chino prensando bien todos los ingredientes para aprovecharlos al máximo.

La apariencia de esta sopa fría es la de una crema. El color es sonrosado. No tiene ojos porque el aceite, al incorporarlo transformado en salsa mayonesa, no los produce.

Sírvase bien frío con su guarnición aparte.

Nota: en el momento de servirlo, remuévase bien la composición, pues forma sedimento.

Si los tomates no fuesen bien rojos, puede añadirse al majado del almirez una cucharadita de pimentón.

Para pelar el pimiento, se chamusca éste a la llama del fuego hasta que quede negro pero no cocido; en este punto se despelleja al chorro del agua fría y se le pasa un paño.



SOLDADITOS DE PAVÍA

bacalao de la parte gruesa, de buena calidad: 500 gramos, aproximadamente
100 gramos de harina
1/2 copita de aguardiente seco
5 gramos de levadura prensada
1 cucharilla de pimentón dulce
unas hebras de azafrán seco pulverizado
1 limón
aceite abundante para freír
pimienta molida

Existen dos procedimientos para elaborar los soldaditos de Pavía. Ambos los describiremos seguidamente, si bien se ha de advertir que la preparación es la misma para los dos sistemas.

Los soldaditos de Pavía se sirven como tapa en los aperitivos y como complemento de platos de verduras.

Del centro de la bacalada (sin pieles ni espinas) se cortan trozos delgados de cinco a seis centímetros de largo por dos de ancho y se ponen en remojo por espacio de 12 horas; se les cambia el agua dos veces durante ese tiempo.

Una vez remojado, se escurre, se enjugan los trozos con un paño, se corta cada trozo por la mitad, a lo largo, y se ponen en un recipiente hondo en adobo, compuesto de aceite, zumo de limón, un poco de pimentón dulce y pimienta molida, en el que se dejarán por espacio de media hora, a fin de que el bacalao se sature bien del aliño.

En una vasija o barreñito se pone la harina pasada por el tamiz; se forma con ella un montículo, en cuyo centro se hace un hoyito donde se echa una cucharada sopera de aceite crudo, un poquito de azafrán tostado pulverizado, el aguardiente, un poco de sal y la levadura.

Se empieza por desmenuzar la levadura y mezclarla con los demás ingredientes, poco a poco y añadiendo agua templada hasta formar una masa algo líquida, de una consistencia algo más que la de unas natillas. Déjese reposar en sitio templado hasta que fermente la masa.

Las tiras de bacalao se pasan una a una por esta pasta, procurando que queden bien cubiertas de la misma, y se fríen en aceite hirviendo, sacándolas bien crujientes y doradas. Sírvanse siempre recién fritos.

El otro procedimiento consiste en que una vez remojado el bacalao y enjugado con el paño no se cortan los trozos por la mitad a lo largo sino que tal como están se pasan por harina, luego por huevo batido y se fríen en el aceite; se sacan dorados e interiormente jugosos.

Como nota complementaria indicaremos que también se sirven envuelto cada trozo de bacalao frito en una tira de pimiento encarnado o morrón asado.

FRITO DE ESPINACAS Y COLLEJAS A LA ORTEGA

*4 personas*

1 kilo de espinacas
1/2 kilo de collejas
1/2 manojito de cebolletas (cebollas tiernas)

6 huevos
200 gramos de miga de pan blanco rallada
aceite algo abundante para freír
pimienta
sal

Las espinacas y las collejas, una vez bien limpias, se cuecen en agua y un poco de sal; terminada la cocción, se escurren, se refrescan y se prensan con las manos, a fin de que suelten el agua. Encima de la mesa, se pican con el cuchillo.

En la sartén con aceite se rehoga la cebolleta picada; al empezar a dorarse se le añaden las espinacas y las collejas picadas, que se sazonan con un poco de pimienta molida. Se saltean bien y con la adición de cuatro huevos batidos, a los que se echa un poco de sal, se hacen una o dos tortillas redondas, no gruesas, que una vez concluidas se dejan enfriar. Cuando están frías, se cortan en discos con un corta-pastas redondo de unos 5 centímetros de diámetro. Estos discos se rebozan pasándolos por huevo batido primero y después por la miga de pan rallada; se fríen con cierta abundancia de aceite momentos antes de llevar el plato a la mesa.

Se colocan en fuente con servilleta y se acompañan con una salsera provista de salsa de tomate.

## CHOCOS CON HABAS

*4 personas*

800 gramos de chocos (especie de calamar, más gustoso y fino que el calamar corriente, exclusivo de las costas atlánticas andaluzas)
250 gramos de habas desgranadas
2 decilitros de aceite
un diente de ajo
sal

En una cazuela puesta al fuego con el aceite se empieza por echar el ajo picado y, antes de que tome color, se le añade el choco cortado a trocitos, previamente limpio; remuévase con el aceite y, pasados unos diez minutos, se le añaden las habas desgranadas y un poco de agua caliente.

Se cuece suavemente, con la cazuela tapada, hasta que las habas estén tiernas, el guiso haya consumido el agua y quede únicamente el aceite sin quemarse. Al estar en este punto sírvase a la mesa en la misma cazuela.

## ABAJA DE PESCADOS A LA ALGECIREÑA

*4 personas*

1.200 o 1.500 gramos de pescados de varias clases, finos y ordinarios; pueden ser rape, pescada (merluza del Mediterráneo), lisa, pescadilla, atún, mero, raya, etcétera.



1 cebolla pequeña
1 copa de vino blanco
1 tomate de tamaño mediano
2 decilitros de aceite
150 gramos de pan sentado (del día anterior)
6 ajos
unas hebras de azafrán seco
2 granos de pimienta
perejil
sal

Los pescados, una vez limpios, se cortan a trozos no muy grandes y se ponen a cocer cubiertos de agua, con el vino blanco y la sal correspondiente.

En cazuela colocada al fuego, a la que se habrá echado parte del aceite, se rehoga la cebolla picada y un ajo también picado; al empezar a dorarse, se le añade el tomate pelado y picado y perejil picado. Sofríase el tomate y mójese con la tercera parte del caldo de los pescados cocidos; hiérvase y echésele el pan desmenuzado –simplemente desmigajado con los dedos, pues así es como lo hacen–. Mientras se cuece nuestra sopa, en el almirez se machacan el azafrán, la pimienta y un ajo; se disuelve todo, con unas gotas de aceite y un poco de caldo de los pescados y se echa la sopa. Cinco minutos más de cocción y la sopa está terminada.

Los pescados se sirven de segundo plato, preparados del modo siguiente: se ponen en una cazuela de barro, se machacan los ajos que quedan, se disuelven con el resto del aceite y se les añade una parte del caldo del pescado; se vierten encima del pescado, se le dan unos hervores al conjunto y puede servirse a la mesa.

## BOCAS DE LA ISLA

Se trata de un crustáceo cuya presencia abunda en las playas de la Isla de San Fernando y de la costa marroquí. A dicho cangrejo se le quiebra y arranca la pinza grande o tenaza que utiliza como tapadera del escondrijo en que se oculta bajo la arena. Estas pinzas, de color pardo, sirven para tomar en los aperitivos, copeo, etcétera.

## POLVORONES SEVILLANOS

500 gramos de harina tostada
75 gramos de azúcar lustre
125 gramos de manteca de cerdo de óptima calidad
1 cucharada rasa de canela en polvo
la corteza de medio limón rallada y unas gotas de zumo del mismo

En los polvorones debe emplearse harina tostada. Escogeremos una placa ancha y la cubriremos con un papel blanco, encima del cual echaremos la harina indicada más arriba, que extenderemos por igual y pondremos en el horno, siempre y cuando el calor de éste no sea excesivo, o en la estufa de

la cocina; removeremos la harina de vez en cuando con una cuchara para que el secado se efectúe también uniformemente. Cuando la harina empieza a perder el color blanco, se retira del horno o estufa y se deja enfriar, si bien ha de procurarse que no tome el color fuerte de la canela. Una vez fría se pasa por el cedazo.

De esta harina amontonaremos sobre la mesa 250 gramos, haremos un hoyito en su centro y echaremos en él la manteca, 50 gramos de azúcar lustre, la canela y las ralladuras y el zumo de limón.

Se mezcla todo pero sin trabajar la pasta, ya que lo único que interesa es que los ingredientes se entremezclen. En este punto, tras haber formado una bola con la masa, se tapa ésta con un paño y se deja reposar en sitio fresco durante una hora.

Para marcar los polvorones se espolvorea encima de la mesa la harina tostada que nos haya sobrado, se extiende después sobre ella la bola de masa y se procede a laminar ésta con el rodillo de pastelería hasta dejarla en una capa de grosor igualado y reducido; con una corta pastas redondo, liso de unos cinco centímetros de diámetro, se cortan discos los cuales se colocan en la placa de pastelería ligeramente mojada con agua y se cuecen a horno bastante flojo.

Una vez cocidos se dejan enfriar en la misma placa y, cuando están fríos, se espolvorean con el azúcar lustre restante y se envuelven en papel de seda.

Nota: estos polvorones son bastantes frágiles, se desmenuzan al tocarlos y por eso se envuelven en papel de seda; pero si se desea que tengan más consistencia, añádaseles, al hacer la masa, una yema de huevo.

## CAZUELA DE HABAS VERDES A LA GRANADINA

*4 personas*

1 kilo de habas tiernas desgranadas y lavadas
1/2 manojito de cebollas tiernas
12 alcachofas de las que nacen en la huerta granadina al mismo tiempo que las habas
200 gramos de tomates maduros del tiempo
4 huevos
1 atadillo de hierbas albaicinero, compuesto de una hojita de laurel, una ramita de hierbabuena y unas ramitas de perejil
1 diente de ajo
unas rebanaditas de pan frito
unas hebras de azafrán seco
algo menos de 1/2 cucharilla de cominos
3 granos de pimienta
1 decilitro de aceite
sal

Las habas se cuecen en agua por espacio de unos minutos. Mientras hierven, se fríe en la sartén, con el aceite, las cebollas y el ajo picados; cuando empieza a dorarse la cebolla se le añade el tomate pelado y picado, que se deja freír también, para terminar incorporando este sofrito a la cazuela, donde estarán las habas escurridas de la primera agua; añádense además las



alcachofas, desprovistas de las hojas duras, el atadillo de hierbas y agua, que ha de cubrirlos justamente.

Tápese la cazuela y déjese cocer hasta que habas y alcachofas estén tiernas y hayan cocido, se les añade el siguiente majado, hecho en el almirez:

Se empieza por machacar el azafrán, seguidamente los cominos y la pimienta, una vez reducido a polvo, se machaca el pan frito; todo ello quedará reducido a una pasta, que se deslíe con parte del caldo de las habas que tenemos cociendo y se echa dentro de la cazuela.

Rectifíquese de sal. Deberá resultar una salsita más bien corta, espesita.

En el momento de llevarlo a la mesa se reparte por encima uno o dos huevos por persona; estos huevos se habrán cuajado en el horno.

Sírvase en la misma cazuela.

## MORAGA DE SARDINAS A LA GRANADINA

*4 personas*

Calcúlese de 6 a 8 sardinas por persona (depende del tamaño)
1/2 decilitro de aceite
1 vaso de vino blanco
1 limón pequeño
2 dientes de ajo
perejil
sal

Una vez limpias las sardinas, se colocan en una cazuela de barro cuyo interior habremos untado de aceite, se rocían con el zumo de limón y el vino y se reparten por encima los ajos y perejil picados, luego se vierte sobre el conjunto el resto del aceite.

Póngase la cazuela al fuego y aproximadamente 12 minutos después estará a punto nuestra moraga de sardinas, que se servirá en la misma cazuela.

# Extremadura

La cocina extremeña es seria, grave, austera, como conviene al país. Sus grandes platos –pastoriles, camperos, venatorios– son: la caldereta de cordero, la perdiz a la moda de Alcántara, con criadillas de tierra –que así se nombra a las trufas–, los chorizos, los jamones de Montánchez, el gazpacho extremeño –próximo pariente del andaluz–, la pata de cabrito al estilo de Badajoz, el frito, los amorcillos y el tuétano de vaca, la cachuela extremeña y, finalmente, el cocido, del que ya se habló.

Por tratar en otro capítulo de la cocina de Castilla la Nueva sentiríamos disminuir la cocina extremeña, hermana de la anterior. Pero no es cuestión de repetir los platos y nos limitaremos a hablar de los primordiales.

Ante todo, interesa cuanto derive del cerdo. Los encanares carrascales extremeños, con su bellota sabrosa y sana, alimentan el mejor puerco de España, el cerdo de la raza negra extremeña, de talla mediana, formas redondeadas y gran productor de grasa. Ahí está el puerco serrano, para lo que gusten mandar, y su pernil, en altísimos pero jamás inmerecidos precios. En lo que atañe a los jamones, tres son los indiscutibles, a los que se podrían añadir algunos otros –¡oh inefable jamón ahumado, tomado en el Bierzo!–. Pero los mejores son dos andaluces y uno extremeño. En Sierra Nevada, y en la provincia de Granada, el de Trevélez; en la serranía de Huelva, el de Jabugo y Cumbres Mayores y, en Extremadura, el de Montánchez. Hemos estado en Montánchez, con su castillo roquero, tan desdeñoso, por donde anduvo la sombra desmelenada y heroica de don Alonso de Monroy. Montánchez es tierra dura y pedregosa, por consiguiente, tierra de víboras. A propósito de víboras, recogemos, a título pintoresco, esta leyenda: dícese, de muy antiguo, que el delicioso sabor del jamón de Montánchez se debe a que los cerdos se criaban, principalmente, de reptiles a los que persiguen fieramente. No olvidemos que la Sierra de Víboras, serranía de significativo nombre, se halla cerca. Claro

está que el jamón extremeño no se limita a Montánchez y su serranía. Toda Extremadura cuenta con excelentes jamones.

Al lado del jamón, los chorizos. Los chorizos extremeños, a veces con exceso de ajo, pueden compararse con los castellanos viejos. Otro plato típico de Extremadura es la caldereta de cordero, cuya fórmula damos:

«Medio kilo de cordero o cabrito, el hígado del animal, cuatro ajos, un vaso de vino, un pimiento morrón, laurel, pimienta negra, pimentón, aceite y sal. En una cazuela se fríen en aceite dos ajos, que luego se reservan. Echad la carne a trozos pequeños, con un poco de pimentón, hojas de laurel y rehogadlo. Añadidle el vino, y cuando se consuma éste, ir echando agua poco a poco, teniendo en cuenta que la salsa ha de quedar más bien espesa.

»Cuando la carne ya está tierna, se ponen a asar los otros dos ajos en las brasas y se machacan, con los que ya teníamos fritos. A esto se une el hígado, que también se habrá asado, y unos granitos de pimienta negra, unas gotas de aceite y el pimiento morrón. Se mueve todo con empeño y se hace el guiso. Se aparta cuando la salsa queda más bien espesa.»

Al lado de la caldereta está el frito, no sabemos si cacereño, aunque en Cáceres lo conocimos. El frito se hace con cordero añal troceado y suavemente bañado de bermejo pimentón. Se fríe en la sartén y ha de dejar un aceite claro, apenas enrojecido. La cachuela extremeña es prima hermana de la castellana, por lo que no nos detenemos más en ella, como tampoco en la pierna de cabrito al estilo de Badajoz, bien aderezada con ajos, ni en las pringadas extremeñas, que son pan frito con tocino o chorizo.

Hemos de tratar del gran plato que ha hecho famoso en el mundo entero una nobilísima villa de Extremadura. Nos referimos a Alcántara y a las célebres *perdreau à la mode d'Alcántara.* Alcántara, ruinosa y noble, tiene todavía hoy positivos encantos. En especial, su puente romano sobre el río Tajo. Data del siglo III de nuestra era y se alza 71 metros sobre las aguas del Tajo. En Alcántara hay un gran convento benedictino, abandonado desde la desamortización de Mendizábal. Durante la guerra de la Independencia fue saqueado por las tropas del general francés Junot, duque de Abrantes. El saqueo fue terrible. Tuvo lugar en el comienzo de la campaña de Portugal, en 1807. Los granaderos devastaron la biblioteca y usaron los manuscritos enrollados como cartuchos fusileros. Uno de aquéllos, un recetario de cocina, se salvó por la



curiosidad de un comisario de guerra. De estas manos curiosas pasó a las del general Junot, que lo mandó a Laura, su joven esposa. Según la tradición, Laura, que era una mujer bulliciosa y que jamás supo estar quieta, popularizó la receta del convento, en la que se daban gloriosas normas para condimentar perdices, faisanes y chochas o becadas, dándole el nombre de *à la mode d'Alcántara,* con el que ha pasado a la inmortalidad. También según la tradición, que recoge, puntual y patriótico, el benemérito Dionisio Pérez, el hecho está narrado en las prolijas *Memorias* de la misma Laura, duquesa de Abrantes. Nos hemos enfrentado a los diez tomos sin encontrar la cita. Las memorias de la duquesa no son de fiar. Sea como fuere, en Francia –y, luego, en todo el ámbito de la cocina occidental– el plato, basado en la gloriosa combinación de la trufa y el hígado de pato, *à la mode d'Alcántara,* es el siguiente:

«Se vacía el faisán por delante, retirando el hueso de la pechuga y rellenándolo de higadillos de pato, estofados con manteca fina, sal, pimienta y se pasa por tamiz; a este puré se le añade una regular cantidad de trufas en pedazos grandes, cocidos de antemano con vino de Oporto; ya relleno con esta combinación y bien sujeto se pondrá en maceración durante tres días con vino de Oporto. Póngase a asar dentro de una cacerola, sazonado de sal y manteca. Cuando quede asado, se reduce el vino de Oporto de la maceración, añadiéndole catorce o dieciséis trufas pequeñas, uniéndolas al faisán; déjase cocer todavía durante ocho o diez minutos. Sírvase tal y como queda terminado, puesto entero en la fuente, y se cubre con el jugo y las trufas. En el comedor se corta convenientemente». (Versión de Ignacio Doménech, en *La nueva cocina elegante española,* Madrid, 1915.)

La fórmula es típicamente francesa y no nos extrañaría que poco tuvieran que ver con ella los buenos frailes. Era una época en que se daban los nombres más populares a los platos de nueva invención. Nos tememos que sucediera con estas perdices lo que con los patos o sarcetas a la Albufera, que el cocinero Antonin Càrême dedicó al mariscal Suchet, duque de la Albufera, conquistador de Valencia durante la guerra de la Independencia, pensando en la fauna ornitológica acuática de la Albufera de dicha ciudad. Estas sarcetas o patos se aderezan con jamón, mantequilla y finas hierbas.

Volviendo a la receta de Alcántara, digamos que el maridaje de la trufa y el *foie-gras* era reciente y estaba de moda en la Francia de finales del XVIII y principios del XIX. Demos algunos datos históricos.

El problema del *foie-gras* entra de lleno en la filología. Hígado, en latín clásico, era *jecur.* Cuando Escipión Metelo quiso hipertrofiar el hígado de las ocas lo hizo atiborrándolas de higos. Así lo cuenta Apicio y lo canta Horacio: «Después aparecen los sirvientes y traen en una bandeja, con una grulla macho ya trinchada, el hígado de una oca blanca engordada con higos». *Jecur ficatum* (de *ficus,* higo) era, pues, en términos gastronómicos, el hígado de las ocas deformado artificialmente. De ahí se pasó a usar irónicamente, en el bajo latín, el adjetivo por el sustantivo, desapareció *jecur* y quedó sólo *ficatum,* de donde viene la palabra española «hígado». Y la francesa *foie.* Sin las ocas y la gastronomía esta víscera se llamaría de muy otra manera.

El origen de la conservación del *foie-gras* se sitúa entre 1762 y 1788, años en que el mariscal de Francia, marqués de Contades, gobernó, con sede en Estrasburgo, Alsacia. (Entre paréntesis, hemos de decir que el marqués de Contades hizo construir, a 24 kilómetros de Angers, el castillo de Montgeoffroy, quizá la más bella de las residencias dieciochescas del Loire. Allí visitamos su tumba, situada en la capilla del ala izquierda del castillo.) El mariscal fue hombre de gustos refinados y carácter irascible, y murió, ya pasados los noventa años, de un ataque de cólera, cuando en 1793 sus colonos fueron a decirle, con la sonrisa en los labios, que se habían suprimido los derechos feudales. Murió fieramente, de pura y nobilísima iracundia. Pues bien, este mariscal tenía un cocinero llamado Close, normando según unos y lorenés según otros, quien, conociendo la pasión que el marqués sentía por el *foie,* inventó el procedimiento de conservarlo envolviéndolo en una especie de telilla de grasa de ternera y, después, en pasta *brioche.* El éxito de Close fue fulminante y el marqués, que era un buen cortesano, se apresuró a llevar al rey algunos pasteles de Close. Luis XV estimó tales pasteles, e igualmente ocurrió con la nobleza de la corte. Los llamaron *pâté a la Contades* y le valieron, al marqués, una tierra en Picardía, y al tal Close, una gratificación de veinte luises.

Hasta aquí el *foie,* tal como hoy se conoce. En lo que se refiere al trufado, la unión de la trufa y el *foie* tuvo efecto años más tarde. En 1788 el mariscal de Contades, viejo y achacoso, fue relevado de su cargo de gobernador. Close se casó con la viuda de un pastelero llamado Mathieu, abrió tienda y se dedicó a explotar su *pâté.* En 1792 un cocinero llamado Doyen, *chef* de las cocinas del primer presidente del Parlamento de Burdeos, hubo de escapar de esta ciudad por sus convicciones monárquicas. No paró hasta Alsacia y en Estrasburgo tuvo la idea, realmente genial, de trufar el *pâté a la Contades,* que fabricaba Close, con las trufas negras que él estimaba como primer



elemento de la cocina del suroeste de Francia. Doyen abrió tienda también, y con mayor éxito y duración que Close, porque la marca de Doyen es, aún hoy, una de las primeras de Estrasburgo, como pueden ustedes comprobar en cualquier charcutería. Así pues, el paté de *foie-gras* fue inventado por Close, y el *foie-gras* trufado, por Doyen, y con esto creemos haber satisfecho la posible curiosidad del lector.

Bien pudo, pues, dar Alcántara su nombre a una creación francesa, especialmente si tenemos en cuenta que nadie ha visto el célebre recetario del siglo XVIII, o más antiguo, de que habla la duquesa mentirosa. Porque, evidentemente, en este punto Dionisio Pérez no es de fiar: cree que de este recetario procede un bacalao frito colocado sobre un lecho de patatas fritas y cubierto todo por un manto de espinacas salteadas y cocidas, estofándose luego al punto... ¿Patatas, como condimento habitual, en un recetario medieval o barroco?

Sea como fuere, no negamos que pudo existir en Alcántara un aderezo de hígados de pato y trufa. La trufa o criadilla de tierra es común en Extremadura, y Martínez Montiño trata de varios platos a base de ellas. Por cierto que en ninguno aparece el hígado de pollo o pato y sí, en cambio, uno en que se aconsejar el caviar o las huevas de pescado como acompañamiento. Es una tentadora experiencia.

Los platos de caza son excelentes y sobrios, aunque algo cortos de imaginación. Extremadura es tierra de jabalíes, de venados, de caza menor. La becada o chocha, perdiz o como la llamen ustedes, se cocina con trufas picadas y telilla de cerdo. Al estilo de Guadalupe es dulcemente encebollada, y la recomendamos calurosamente. No sabemos si se inventó en Guadalupe, convento ilustre en los fastos gastronómicos del Siglo de Oro, pero merece haberlo sido. Las perdices se cocinan con manteca de cerdo y vino blanco, limón, sal y pimienta en generosa abundancia. El conejo al estilo de Mérida va con setas, vino blanco y un campero y perfumado acompañamiento de hierbas montesas. Las codornices albardadas, abiertas por la mitad de la pechuga y con un filete de jamón en su seno, se llaman así porque se guisan cubiertas por el gordo o telilla de tocino. La salsa, negra y poderosa, es una pura delicia. Por cierto que la Extremadura baja ha salido grandemente favorecida, en estos últimos años, en lo que a codornices se refiere. La irrigación del Plan Badajoz permite que la codorniz aclimatada inverne en la baja Extremadura y que esta gallinácea –la más pequeña y, quizá, la más sabrosa– se esté convirtiendo en un ave sedentaria.

En el capítulo de pescados, Extremadura ha perdido mucho. Los exquisitos peces de río ya no suben hasta Alcántara a desovar como en época del Arcipreste: *«Sabalos et albuje et la noble lamplea».*

Los ríos tampoco son tan trucheros como antaño, aunque alguno se esté repoblando. Existe el recurso, casi medieval, del bacalao. El bacalao al estilo de Yuste es parecido a aquel del cual hablaba el buen Dionisio Pérez: bacalao, con un lecho de patatas, leche, mantequilla, aceite y sal. El maridaje del bacalao y la leche es acierto al que han llegado todos los pueblos. Recordemos la brandade de Provenza, el bacalao argentino con leche, el mexicano o bacalao huasteco, el bacalao a la cubana, el *baccala mantecatto* de Venecia, el bacalao a la noruega, receta antiquísima y noble, y finalmente el bacalao con leche portugués, que fue el primero, según los lusitanos, quienes aportan el nombre de su inventor, Sebastián Palhaçao. El bacalao portugués con leche es horneado con su pan rallado, su queso y su vasito de Oporto. Una delicia.

Y, en el capítulo de reptiles, con perdón de la palabra, tan escasamente gastronómica, llegamos al problema del lagarto. Sabido es que en Extremadura se guisa el lagarto. Nada tiene de extraño, porque su pariente tropical, la iguana, es, lo podemos certificar, excelente bocado. En Cáceres hemos visto cómo venden el lagarto extremeño, y, según parece, es buen manjar. La responsabilidad de esta afirmación la cargamos en nuestro buen amigo Luis Antonio de Vega, quien en su *Guía gastronómica de España,* dice al viajero gastrónomo:

«Aquella misma mañana, en el mercado de Plasencia, había visto a una mujer que guardaba una extraña mercancía en un balde de agua.

»–¿Qué son?

»–Lagartos.

»–¿Se comen?

»–Ya lo creo.

»Al día siguiente me cité con unas compañeras y unos compañeros –éstos faltaron a la cita– en la plaza Mayor de Plasencia. Muy temprano fui al mercado: compré los lagartos y convencí a una tabernera de que, guisándolos, prestaría un gran servicio a la cultura nacional.

»Dos glorias femeninas de la literatura española y yo almorzamos lagarto. Loemos las jóvenes y expertas manos de la hija de la propietaria, que en la taberna La Golondrina, de Plasencia, asumió la responsabilidad del guiso, y mereció los aplausos de mis colegas, que se apresuraron a solicitar que les facilitara la receta.

»Al lagarto, para que no se sienta vejado ni disminuido, hay que guisarlo en una salsa verde, de aceite, harina, perejil y vino blanco, bastante espesa. Sabe a campo, a romero, a tomillo. No sé, con seguridad, cuál es su sabor, pero resulta delicioso. Comido a las diez y media de la mañana, casa perfectamente con un vino blanco, un poco turbio, de Montánchez».

Hemos dejado para el final el problema del gazpacho. Extremadura, vecina de Castilla y de Andalucía, presenta el gazpacho frío andaluz y los gazpachos que en La Mancha se llaman «galianos». La diferencia entre el gazpacho andaluz y el extremeño radicaba en que al gazpacho extremeño se le agregaba al final el tomate cortado a pedazos pequeños –que en el andaluz se maja– y la cebolla, que falta en el andaluz clásico. Hoy el gazpacho ha alcanzado tal popularidad que se hace con infinitas variaciones y en todas partes. Los gazpachos calientes son parecidos a los manchegos. Les llaman «de pastor» y en su versión más completa son muy caros.

Hay otro gazpacho, también llamado «de pastor», cuyo origen se atribuye a algunos lugares de Extremadura, y que seguramente ha dejado de comerse porque es incompatible con las condiciones de la vida actual. Es un plato caro y de difícil y curiosa confección. Seguramente no lo conocen muchos cocineros de la misma Extremadura. Hay que hacer una masa de pan sin levadura, y con esta masa unas tortas planas, cocidas entre rescoldos de romero y sarmientos, sobre una piedra de mármol. Encima de cada una de estas tortas se colocan, muy calientes, trozos de perdiz, liebre, conejo, pollo y pajaritos, que se cocieron antes y se frieron con cebolla, tomate y parte de la misma torta desmenuzada... No dirán ahora los burladores ignaros de nuestras cocinas meridionales que el gazpacho no alimenta. A este gazpacho también se le suele agregar jamón, cerdo magro y aun ternera, aunque es frecuente hacerlo con sólo un ingrediente, que ya basta.

# Selección de recetas

## GAZPACHO EXTREMEÑO

*4 personas*

- 4 dientes de ajo
- 1 cebolla grande
- 2 tomates grandes bien rojos, maduros y consistentes
- un migón de pan de unos 100 gramos (además del pan destinado a añadirse al final a nuestro gazpacho)
- 1/4 de litro de aceite
- 3/4 de litro de agua
- 1 chorrito de vinagre de buena calidad
- pimienta molida
- sal

En el almirez se empieza por majar bien los ajos, a los que se habrá añadido un poquito de sal; seguidamente se adiciona aceite y se va montando como si se tratase de un ajiaceite.

Al quedar bien montado, se le añade el migón de pan, previamente remojado en agua y exprimido.

Continúese trabajando con la mano del almirez hasta formar una pasta, que aclararemos con el agua fresca, incorporada lentamente mientras se sigue removiendo, hasta que adquiera la consistencia de unas natillas.

Rectifíquese con sal y pimienta.

Viértase en una ensaladera, donde se le añade más miga de pan, y déjese reposar unos diez minutos.

Al servirlo, échese la cebolla bien picada y el tomate pelado y cortado a trozos pequeños.

Por último, rociaremos el gazpacho con un chorrito de vinagre.

## CALDERETA EXTREMEÑA

*6 personas*

- 1 kilo o kilo y medio de cordero o cabrito
- el hígado del animal
- 200 gramos de cebolla
- 4 dientes de ajo
- 1 pimiento morrón
- 1 cucharada de pimentón
- 1/2 litro de vino (pitarra a ser posible)
- 1 decilitro de aceite



- 1 hoja grande de laurel
- 1 cucharada rasa de harina
- 4 granos de pimienta
- 1/2 litro de caldo o sencillamente agua
- perejil
- sal

El cordero se corta en trozos pequeños y éstos se sazonan con sal.

Puesta al fuego la caldereta de hierro con el aceite, se empieza por freír los ajos, pelados y enteros.

Una vez fritos, se sacan y se reservan. Seguidamente se echan los trozos de cordero y el hígado entero.

Se rehogan a fuego algo vivo y se remueven con la espumadera hasta que todo haya tomado un color rubio uniforme.

En este punto se separa el hígado –que emplearemos después– y se echa la cebolla picada y el laurel.

Déjese dorar también y espolvoréese todo con el pimentón; se añade el vino y se continúa removiendo el cordero con la espumadera mientras el vino se va reduciendo. Añádase la harina y, después de rehogarla con la carne, mójese con el caldo. Cocción: 45 minutos.

Mientras cuece la caldereta se machacan en el almirez los granos de pimienta, los ajos fritos reservados, unas gotas de aceite y el pimiento morrón.

Una vez bien majado, agrégueseles el hígado frito y fórmese una pasta finísima, que se diluirá con la salsa de la caldereta o bien con un cacillo de agua caliente si aquélla escasea. Añadiremos esta pasta al cordero, que estará ya tierno. Un poco de perejil picado por encima y unos 10 minutos más de cocción y la caldereta estará terminada.

Sírvase en el mismo recipiente utilizado para guisar la caldereta.

## PIERNA DE CABRITO AL ESTILO DE BADAJOZ

*4 personas*

- 2 o 3 piernas de cabrito
- 80 gramos de manteca de cerdo
- 1 vaso de vino blanco
- 3 dientes gordos de ajo
- sal

Sacrificado el cabrito, es conveniente colgarlo en sitio fresco o despensa, de cara al norte, durante un par de días.

Llegado el momento de asar las patas o piernas éstas se clavetean, es decir, se mechan con tiras o mechas de ajos (si éstos son pequeños se ponen enteros, de lo contrario se corta cada uno en cuatro tiras). Para mecharlos se clava un pequeño cuchillo de punta delgada en dos o tres sitios de la pierna al objeto de aromatizar ligeramente de ajo la carne.

Se espolvorea sal y se ponen en una tartera o cuenco de barro; se riegan con la manteca de cerdo y se asan a horno algo vivo.

Cuando adoptan color rubio por todos los lados se rocían con el vino y, mientras continúa la cocción, se riegan de vez en cuando con su grasa o jugo.

Una vez asadas se sirven en fuente o en el mismo cuenco en que se han asado, enteras o cortadas, tras desengrasar en parte el jugo. Se guarnecen con unas patatas pequeñas enteras (nuevas) doradas o bien alguna verdura o ensalada del tiempo.

## PATATAS EN ESCABECHE CON TENCA A LA CACEREÑA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1/2 kilo de tenca | 3 decilitros de aceite |
| 800 gramos de patatas | 1/8 de litro de buen vinagre |
| 2 huevos | 3 dientes de ajo |
| 100 gramos de harina | 1 limón pequeño |
| 200 gramos de cebollas | perejil |
| 1 hoja de laurel | pimienta molida y sal |

Una vez limpio el pescado se corta en rodajas, se sazona con sal y zumo de limón y se reserva hasta el momento de freírlo.

Las patatas, sin pelar, se ponen a cocer en agua y sal, previamente lavadas al chorro del grifo.

Una vez cocidas y escurridas, se pelan y aplastan bien con un tenedor, sazonándolas con sal y un poco de pimienta.

Con este puré se forman unas bolas, del tamaño de albóndigas un poco gruesas, que se aplanan con la hoja del cuchillo. Resultarán unas pequeñas tortas, las cuales se pasan por huevo batido y se fríen en la sartén, con aceite caliente. A medida que se van friendo se ponen en una cacerola o en una cazuela de barro de base ancha.

Una vez fritas todas las tortitas de patatas, en el mismo aceite se fríen los trozos de tenca ligeramente pasados por harina y, cuando estén fritos, se colocarán en la cacerola, al lado de las tortitas de patatas.

En el aceite sobrante se fríen los tres dientes de ajo, pelados, y unas ramitas de perejil, que se reservarán para más adelante. Una vez retirados ajos y perejil se añade la cebolla muy picada y el laurel y se deja freír hasta que esté doradito.

En este punto se le añade el vinagre, se tapa la cacerola y se reduce el líquido a la mitad. Seguidamente se le echa dos cucharadas rasas de harina, que se deja rehogar unos segundos, removiéndola con la espumadera para terminar mojándose con unos tres cuartos de litro de agua caliente.

Se le dan unos hervores y se cubre con ello los trozos de patata y tenca de la cacerola. Rectifíquese la sal y cuézase todo, patatas y tenca, suavemente y con la cacerola tapada, durante unos 25 minutos.

Mientras el guiso termina de cocer se machacan en el almirez los ajos y el perejil frito y se forma una finísima pasta que disolveremos y añadiremos a nuestro guiso.

Unos minutos más de cocción y tendremos el guiso a punto. Lo serviremos en la misma cazuela de barro -si se ha empleado ésta- o bien colocando



los trozos de tenca en el centro de una fuente, con las patatas alrededor y todo ello cubierto con la salsa, que no deberá ser ni escasa ni abundante. Este plato se sirve preferentemente frío y son muchas las familias cacereñas que lo preparan la víspera.

Nota: para formar las bolas de patatas las amas de casa cacereñas suelen emplear un pañito húmedo con el que les dan forma, luego las aplanan.

Estas patatas en escabeche también se preparan con otras clases de pescado e incluso con conejo.

# Castilla la Nueva

La cocina de Castilla la Nueva es la cocina manchega. El inefable morteruelo llega hasta la Alcarria; los gazpachos –que así se llaman, aunque la Real Academia, sorda y ciega, excluyera de su diccionario este plural– galianos, hasta Requena y Utiel; los vinos de Valdepeñas invaden el copeo de Madrid; la cachuela la comparte con Extremadura; y el guisado de trigo, con Albacete. Que nadie nos critique nuestra afición por la cocina manchega, cocina recia y venerable, una verdadera cocina madre.

Veamos las sopas de ajo castellanas. Son casi todas parecidas a las de Madrid. En algunos pueblos de la provincia de Guadalajara las ponen al horno y les añaden cominos tostados. En otros lugares desaparece el pimentón que en Madrid tanto acredita a estas sopas. El cocido es parejo al de Madrid. Otra cosa es la célebre cachuela, que hemos comido en Oropesa, huyendo del fementido bistec de ternera y del asténico lenguado, que hace años la Dirección General de Turismo consideraba como el desiderátum universal del viajero y que se servía invariablemente en los paradores. La cachuela es un plato serio, que se guisa en un área que va de Toledo a Cáceres, por lo menos. Se trata de un plato franco, directo, de una considerable violencia; algo así como una tremenda sopa, sangrienta y ritual, propia de los días invernales de la matanza del cerdo. Permítasenos transcribir la fórmula:

«Para seis personas: un estómago de cerdo, un hígado también de cerdo, dos huevos, dos chorizos extremeños, seis ajos, una cebolla grande, dos tomates, canela, comino, pimienta negra, pimentón, vinagre, perejil, manteca de cerdo, miga de pan, clavo de especia, azafrán y sal.

»Picad menudamente y por separado el hígado y el estómago, éste bien limpio y raspado. Derretid la manteca de cerdo en la cacerola y freíd en ella cuatro dientes de ajo, la cebolla y el tomate, así como el perejil; todo ello picado muy fino. En cuanto empiece a dorarse

la cebolla añadidle un poco de canela y los chorizos, cortados a trozos, así como una cucharadita de pimentón.

»Una vez esté todo bien rehogado, añadidle primero el estómago y luego el hígado, friéndolo todo bien. Finalmente, echadle el agua precisa para la sopa que han de consumir los comensales, dejando que cueza lentamente.

»Cuando el condimento esté hecho, agregadle una picada a base de comino, clavo, pimienta negra, los otros dos ajos, miga de pan y azafrán. Echad esta picada en la cacerola y removedlo bien, dejando que todo hierva un momento. Entretanto, batid los huevos con un poco de vinagre y echadlos en la cazuela justo un momento antes de servirla».

Nada tiene que ver esta sañuda cachuela, castellana o extremeña, con la cachelada leonesa o gallega, que es un guiso de chorizo, o tocino, y patatas, y de cuyo jugo se hace una muy gustosa sopa. Cachelos son, en este caso, los guisos de patatas sin mondar.

Detengámonos ahora en los gazpachos manchegos. Gazpacho es hoy una palabra universal de la cocina española. Pero los gazpachos de La Mancha son, para nuestro gusto, infinitamente más suculentos. Gazpacho, para nosotros, es la sopa fría andaluza o extremeña; gazpachos, en plural, son una especie de sopa pastoril, poderosa, carnal, caliente. Se les llama también «gazpachos galianos». La palabra «gazpacho» parece venir del portugués, *caspacho,* y ésta puede derivar del prerromano *caspa* (residuo, fragmento), de donde viene el castellano «caspa». El nombre del plato alude a los fragmentos de pan existentes tanto en el gazpacho andaluz como en el manchego.

Recordamos las cacerías por las tierras de Buñol y de Utiel. La sartén enorme, las tortas ázimas –de pan cenceño sin levadura– apercibidas en las alforjas. La cacería de buena mañana, tras el buche de aguardiente; el asombrado conejo levantado por los perros, sacado del cabo por la comadreja, la hurona hedionda que alimentábamos con almendrucos laboriosamente mascados. Caía el orejudo, se abatían unas perdices y, tras el desayuno, se seguían despertando, con la algarabía de los perros y el estampido de las escopetas, los ecos de los montes. Alguien quedaba, sin embargo, al cuidado de los gazpachos. Se desollaban los conejos y se mantenían abiertos, ofrecidos, con tallos de romero. Se desplumaban las perdices, arduo trabajo. Se aprestaba el aceite, un aceite algo ácido, verdoso, en la sartén. Se freía una rebanadita de pan, se doraban unos ajos. Se freían luego los cuartos de conejos y las mitades de las perdices y cuando se doraban



se añadía cebolla finamente cortada. Luego, frita la cebolla, una mano liberal rociaba todo con vino blanco y doble cantidad de agua. Entre tanto, los ajos y el pan frito se majaban, en el mortero, con los higadillos y unos granos de pimienta, unos hilos de azafrán y un pellizco de canela molida. El conjunto se unía a la sartén y se dejaba cocer. La leña era de olivera o de monte bajo –retama, romero, tomillo–, humosa y perfumada.

Se cogían dos tortas: una se desmigaba y la otra se ponía de lado. La desmigada cocía, con lo otro, en la sartén. A veces dejábamos caer una ramita de romero, una brizna de tomillo. La sopa se comía caliente, en la propia sartén, y usábamos como cuchara pedazos de la otra torta. Y, finalmente, venían los conejos y perdices. Bebíamos el vino de la tierra, de Turís o de Cheste; o, ya de más lejanas tierras, los tintos manchadores y guturales de Yecla o el vino de Jumilla, erguido, montaraz.

Comíamos también gazpachos domésticos, más sosos, con gallina o pichón. Las tortas eran cocidas entre dos fuegos, sobre la losa del hogar. El punto de cochura y su grosor exigían una gran práctica. Los gazpachos bucólicos eran tortas amasadas en amasaderas de pellejo de cabra. Se aprestaban con cualquier cosa: los gazpachos viudos que tomamos en cierta ocasión estaban hechos con collejas y aceite nuevo gloriosamente prensado... Después, hemos probado otros platos manchegos que conocimos entonces.

Las migas es el primero de ellos. Hay muchas variedades y se encuentran en casi todas las provincias: castellanas, extremeñas, de Aragón, de Asturias. Las migas son pan desmenuzado y frito, con agua y aceite. Generalmente se añaden torreznos de tocino o chorizo. Algunas personas las comen con sardinas de lata: son las migas del pobre. Migas canas son las que reciben leche al tostarlas; migas mulatas, las que llevan chocolate, y migas dulces, las que van acompañadas de uvas o miel.

Vienen luego las gachamigas manchegas. Las gachas, conocidas ya en el siglo XV o antes, son pedazos o cachos de pan desmenuzado –de ahí su nombre– cocidos con agua y sal. Las gachas manchegas, en la receta antigua, se hacían con papada de cerdo, pimentón, clavo, alcaravea y pimienta. La harina era de almorta. En la Valencia castellana este plato se llama «mojete», porque se come sopeando la masa suculenta. Cuando se hacen con harina gruesa de trigo, bien tostado antes de molerlo, se llaman griñones. A veces se comen también, como acompañamiento, uvas moscatel.

Un plato típico de La Mancha vitivinícola es el *tojunto,* contracción de la expresión «todo junto». Como su nombre indica, es un

plato mezclado, propio de las bodas de Camacho. Parece que su origen se encuentra en el conejo, pero conviene no confundirlo con la cachuela de conejo, más bien toledana. El *tojunto* de conejo dícese que tiene su origen en las encajeras de Almagro. Veamos lo que dice, sobre este plato, don Teodoro Bardají:

«En un lugar de La Mancha de cuyo nombre guardo buen recuerdo, muy cercano por cierto a Ciudad Real, capital de aquella región, preparan las gentes campesinas unos guisos sabrosos y nutritivos, conocidos con los nombres de *tojunto* (todo junto) o *tocrúo* (todo crudo). Yo recuerdo haberlo saboreado en pleno campo, junto al molino de Alarcos, sobre el río Guadiana, en la falda de la montaña cuya cima sostiene la ermita de la Milagrosa y por tal venerada Virgen de Alarcos.

»El guiso se prepara lo mismo con caza que con carne de matadero o cerdo fresco; sus características especiales no varían y consisten en reunir dentro de una olla todos los ingredientes en crudo y ponerlos a cocinar juntos y al mismo tiempo.

»En una olla panzuda, a ser posible de barro y de boca estrecha, se pone un decilitro o algo más de aceite crudo; luego se llena hasta poco más de la mitad con diferentes componentes del guiso, a saber: un kilo de carne fibrosa, si es de ternera; espalda o pecho, si se trata de carnero, o su equivalente en peso si empleamos conejos, pollos o perdices.

»Una cebolla grande, cortada en trozos, dos dientes de ajo picados, unos granos de pimienta y un clavo, una hoja de laurel, unos hilos de azafrán, dos pimientos limpios de semillas y picados, un kilo de patatas cortadas en trozos o mayor cantidad si así lo impone la necesidad económica, medio vaso de vino blanco y una cucharada de sal gruesa.

»Con todo esto mezclado fuera de la olla, se llena ésta y se cubre con agua fría, con cuidado de no poner ésta en gran cantidad, porque de su escasez depende el buen resultado del guiso.

»En esta disposición se pone la olla, bien tapada, sobre fuego de leña, dejándola que comience a hervir, y que luego continúe lentamente su cocción hasta que la carne esté tierna. En este momento debe de quedar el caldo casi reducido; se retira del fuego, se deja reposar en el rescoldo quince minutos y se vuelca el contenido de la olla sobre una fuente y se sirve.

»Es de recomendar a las personas poco acostumbradas a preparar guisos que prueben a mitad de cocción si el guiso está bien de sal,



con objeto de añadirle si fuese preciso; para esto ha de procurarse ponerla escasa, porque es tan fácil añadir como difícil quitar la que hubiera de más».

Desde Tomelloso hasta Albacete, el *tojunto* se llama *tocrúo.* Vale igual un nombre que otro. Todo junto y en crudo se deposita en la olla y comienza la función.

Y llegamos, queridos lectores, al morteruelo. Nosotros lo hemos comido en Cuenca y de esta ciudad nos lo mandan, en señaladas ocasiones, a nuestra Cataluña. El nombre viene, obviamente, de que han de pasarse sus ingredientes por el mortero. Es plato antiguo que pertenece a la gran cocina del hígado de cerdo. Según parece, este plato se cita, aunque con otro nombre, en documentos del siglo XI y en el Fuero de Molina, del siglo XII. A Tomás Luceño, sainetero del siglo XIX, se debe su fórmula en verso:

Coges hígado de cerdo,
lomo y aves, lo rehogas
con aceite y ajo frito;
pero, por Dios, no lo comas,
que todavía hace falta
una multitud de cosas.
Todo esto lo cueces mucho,
porque de este modo logras
deshuesar las aves y
(procediendo en buena lógica)
que se desmenuce el lomo
y el hígado, el cual colocas
dentro de un mortero limpio,
le machacas, en buena hora,
por un colador lo pasas,
y en el caldo donde todas
estas carnes han cocido,
con mucha calma lo embocas;
si te gustan las especias,
con especias lo sazonas.
Después rallas pan; lo echas
en el caldo, se incorpora
a las referidas carnes,
y todo una pasta forma
que secas in continenti

en grandes tarros colocas,
lo conservas algún tiempo,
librándolo de las moscas;
y si quieres te lo comes,
y si no, no te lo comes,
que cada cual es muy dueño
de su estómago y de su boca.

Suele compararse el morteruelo con el *foie-gras*. Ambas cosas nos deleitan. El morteruelo alterna la caza y el hígado de puerco y los buenos granos de especias, como los grandes patés antiguos, los prepotentes pastelones feudales. Viene a ser como una reducción de ellos. De la fórmula de Luceño echamos de menos las viejas especias: el grano de pimienta, la alcaravea, el clavillo. Y la buena caza: la perdiz, la liebre, el lomo de ganso, el conejo, el zorzal... Todos estos elementos se hallaban en el morteruelo antiguo, que era un pastel hecho con espontánea delicadeza.

Otro plato es el antiquísimo guisado de trigo... Siegan el trigo a sol batiente, lo trillan en las eras, lo garbean, al atardecer, al viento de poniente. En tierras de Albacete, este trigo dorado se guisa conforme a una receta que, con pocas variaciones, viene ya en el libro de Ruperto de Nola, de finales del siglo XV. El célebre periodista J. Francos Rodríguez dio una receta idónea para nuestro tiempo.

«Respondo de que se trata de un guiso muy popular por Albacete y su provincia. En Hellín el guisado de trigo, quizá por valer poco el trigo, se come mucho. Por si alguien quisiera probarlo en los madriles, allá va su receta. El trigo, raspado convenientemente, se echa en una olla de agua hirviendo dentro de la cual habrá garbanzos y una pata de cerdo. Al agua en ebullición se le pone agua fría hasta que los granos del trigo revienten. Después se cuece nuevamente el contenido de la olla hasta que los garbanzos se ablanden, y esto logrado se añade a los garbanzos y al trigo una salsa hecha con aceite frito, tomate, pimentón y cebolla muy picada. Al servirse este guisado se le pone hierbabuena. Así se hace este plato, de cuyo buen sabor certifico.»

El pisto manchego, la antigua alboronía de los árabes, es otro plato célebre. Pistos los hay en diversas regiones: en Aragón, en el País Vasco, en Castilla la Vieja. Una forma de pisto es la *samfaina* catalana. Aunque varíen los ingredientes, como en la *samfaina* o en el pisto aragonés, que no suelen admitir el añadido último de los huevos batidos, la idea permanece. En un principio la palabra «pisto», que procedía del latín *pistare,* significó «jugo de carne de ave», y así era en el siglo XVII. Luego, con la llegada a nuestras huertas del tomate, del pimiento y del calabacín, el plato se transforma, y si el pisto actual puede acompañar a un ave no es en modo alguno ni su zumo ni su extracto. Una forma sencilla del pisto manchego es la siguiente:

«Se fríen en una cacerola, con manteca de cerdo, cebollas picadas y algunos cuadritos de tocino. Cuando se comience a dorar la cebolla, se le añaden calabacines cortados a cuadritos; se mezclan bien en la sartén, hasta que los calabacines queden cocidos; ya cocidos, se les añaden tomates pelados, desprovistos de las pepitas y picados; por último, se les añade pimientos fritos de antemano, pelados y cortados a trozos; se rehogan bien todos los ingredientes y se les añade unas cuantas cucharadas de jugo; se deja cocer a fuego suave hasta que se reduzca y se desengrase. Puede servirse con huevos cuajados encima o bien revueltos en el mismo pisto».

Los hartatunos o pijancos son comida mística. Un guisote agradable: se fríen patatas en delgadas rodajas hasta que formen una masa. Se añade pimentón u otras especias. En la grasa se calan sopas muy delgadas. Se mezclan ambas cosas hasta que se forme una buena masa. Se fríe y se voltea hasta que queda todo tostado. No conocemos el platillo que, según Luis Antonio de Vega, es un plato nupcial: una pasta de repollos, carne y jamón, cocida a fuego lento.

Luego vienen los platos que podríamos llamar «venteros»: La Mancha ha sido paso de Castilla a Andalucía y no es necesario conocerse al dedillo a Cervantes para saber la importancia de las ventas, esas posadas en las que, según el maligno adagio francés, sólo podía comerse lo que a ellas se llevaba. No había para tanto, aunque frugales fueron, en efecto, «las venteriles y limitadas cenas» que evoca Cervantes. Huevos siempre debió de haberlos, al menos así lo testimonió felizmente Velázquez. Los huevos formaban parte del ajo arriero, plato de trajinantes, cuyo origen situamos más al norte. Perdices las había abundantes en el país, como también liebre y conejo. A otros platos de esta índole se les denomina también «a la manchega». La mayoría de ellos llevan pimientos y tomates. Al cordero asado en horno de panadero y recipiente de barro, del que Madrid se ha apropiado, acompaña una salsa hecha con su propia grasa, ajo y perejil, cebolla y laurel, y se le rodea de patatas y alcachofas. El imponderable bacalao

a la manchega va con sucesivas capas de pimienta, tomate picado y cebolla; el bacalao debe estar pulcramente desespinado. Se espolvorea de pimienta y, en la salsa, se estrellan un par de huevos per cápita. La ternera a la manchega se sazona con sal y limón, se cuece con cebolla, tomates y pimientos picados y se hornea. Los huevos a caballo toledanos –magras de jamón o lomo sobre una tortilla– son platos, más modernos, que no nos entusiasman.

En Toledo, como en toda La Mancha, la perdiz es plato fundamental. Es la región más perdicera de Europa. Hay quien dijo irónicamente que Madrid debe su capitalidad a la abundancia de perdices, a la avidez cinegética de los Austrias. Regresando de Andalucía, en febrero, vimos perdices hasta en las puertas de Madrid. Sea como fuere, Toledo, Ciudad Real y Albacete han sustituido a Hungría en el mapa venatorio europeo. En los años treinta del siglo XX todavía existían, en Hungría, los grandes y aristocráticos terratenientes: la hecatombe de perdices se iniciaba a primeros de agosto y numerosas agencias organizaban excursiones desde toda Europa. El *forfait* autorizaba a matar treinta perdices diarias. Los cazadores se presentaban en las grandes llanuras de maizales y unos niños, metiéndose dentro del oleaje vegetal, levantaban las grandes bandadas de perdices. Hoy, Santa Cruz de Mudela, en La Mancha, es la capital perdicera de Europa.

Las perdices estofadas son de Toledo, y en la raya de Extremadura se encuentra la sopa de perdices a la extremeña, reconfortante potaje que se obtiene picando la carne con salsa española y vino generoso. Se hace un caldo de los huesos y vísceras y se consigue que sea fuerte. Luego se añade la masa. En La Mancha se fríe la perdiz y se la estofa, acompañada de una salsa con jamón partido a pedacitos, ajos, laurel, clavillo de especias, canela, sal y pimienta. Las perdices escabechadas pueden ser exquisitas. El escabeche es un aderezo típicamente nuestro. En catalán –de donde parece venir la palabra– aparece ya en el siglo XIV. En todo nuestro Siglo de Oro el escabeche fue un adobo, de vinagre y otros ingredientes, utilizado para conservar el pescado. La palabra debe de proceder de un término árabe medieval que quería decir «guiso de carne en vinagre».

La caza mayor es propia de algunas comarcas. Apenas está presente en la cocina popular, pero no podemos olvidar que en la parte montañosa de Castilla la Nueva se encuentran los ciervos de mayor alzada, y corzos, gamos y jabalíes. Las antiguas recetas de las cortes de los Austrias mencionan todas estas nobles piezas: las empanadas de jabalí, picantes, dulzonas, aromáticas de hierbas de monte; el jabalí fresco, como dice Montiño, cocido con agua, sal, vino, vinagre y



todas las hierbas de jardín, aderezado con pimienta, clavos enteros y mostaza. El venado sólo pide, en un guiso parecido, pimienta, nuez moscada y jengibre. Las migas de grasa de venado, perfumadas con ajo, tan villano, son un plato popular; lo es también el tasajo, salado y conservado al aire. Y no podemos dejar de copiar, para regocijo de los lectores y memoria del refinamiento antiguo, este «platillo de las puntas de los cuernos de venado», del que habla Martínez Montiño, y que copiamos sin variar una tilde:

> «Los cuernos de venado o gamo, cuando están cubiertos de pelo, tienen las puntas muy tiernas. Éstas se han de cortar de manera que quede hacia la punta todo lo tierno, y pelarlos en agua caliente, y quedarán muy blancos, y se han de aderezar como la tripa del venado, salvo que no se han de tostar sino cocerlos con un poco de caldo, y sazonar con pimienta y jengibre, échale un poquito de manteca de vaca fresca; y con esto cuezan cosa de una hora; y no se han de cuajar con huevos, ni se le ha de echar género de verdura. Es muy buen platillo; sólo el nombre tiene malo».

Otros platos hemos de recordar: el escabeche de berenjenas con hinojo, que tomamos, en Manzanares, con un vino franco y elocuente, como suelen serlo los manchegos; es receta antigua. Los jigotes o guisos de carne picada –a los que alude Cervantes confundiéndolos con el nombre de su héroe–; el salpicón, que antiguamente, iba con más vaca que carnero y hoy, con más carnero que vaca; las empanadas de conejo albar –que comía Tomé Cecial, vecino de Sancho Panza– vienen ya en el *Altimiras* y en el *Montiño.* Añadamos a la lista, que se va dilatando, los palominos en sopicaldo, el gazpacho frito en salsa de tomate, la liebre estofada con judías –que nada tiene que ver con la fabada asturiana con liebre–, las ensaladas de cerdo, los torreznos y la inefable caldereta de cordero, que existe también en Extremadura.

Y, finalmente, los quesos. El queso manchego de oveja, curado en aceite, es, quizás, el mejor de España. Lástima que tan a menudo sea desigual, amén de la escasa garantía que ofrecen ciertos fabricantes del producto. Liga con los vinos manchegos que tienen su capital en Valdepeñas. Y el seco, antes de las comidas, viene pintiparado con los dorados moriles y los secos jereces, mezclado con el jamón bien curado, que en tierras de Ciudad Real lo hacen, a veces, depositándolo en los silos. Lo curan, pues, en trigo.

# Selección de recetas

## ESCABECHE DE BERENJENAS CON HINOJO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 8 berenjenas medianas | hinojo |
| 1 decilitro y medio de aceite | perejil |
| 1 limón grande | pimienta molida |

Las berenjenas se pelan, se parten por la mitad, a lo largo, y se sazonan con sal. Échese en un bol el zumo del limón, el hinojo y perejil picados, añádase un poco de sal y el aceite y luego remuévase bien con un tenedor.

Momentos antes de servirlas se asan las berenjenas en las parrillas; a ser posible, y si se hace con combustible de leña o carbón de encina, se echan unas ramas de hinojo.

Una vez asadas se ponen en la fuente y se cubren con el aliño, bien batido, que preparamos anticipadamente en el bol.

## PERDICES ESTOFADAS

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 4 perdices | 5 granos de pimienta |
| 800 gramos de cebollas | 2 clavillos de especias |
| 1 atadillo de hierbas (laurel, tomillo, orégano y unos tallos de perejil, todo atado con hilo grueso) | 1/4 de litro de vino blanco |
| | 1 decilitro de aceite |
| | algo menos de 1 decilitro de vinagre |

A las perdices, una vez limpias y embridadas, se les espolvorea sal exterior e interiormente. Luego se doran en el aceite, a fuego vivo.

A medida que se van dorando se ponen en una cazuela o cacerola y se les añaden las cebollas picadas, la pimienta, los clavillos, el atadillo de hierbas, el aceite (incluido el que sirvió para freírlas) y el vinagre.

Se tapa la cazuela y se pone al fuego para que la cebolla vaya reblandeciéndose suavemente.

Cuando la cebolla empieza a dorarse se le añade el vino y se vuelve a tapar la cazuela. Al consumirse el vino, las perdices deberán estar cocidas; de



no ser así se les agrega 1 decilitro de agua o caldo y se continúa la cocción hasta que estén definitivamente tiernas.

Entonces, se sacan del recipiente y todo el contenido que queda en éste se pasa por el tamiz y se recoge en una cacerola.

Se cortan las perdices y se vuelven a poner en la salsa que hemos pasado por el tamiz donde se les da un último hervor.

Concluido el mismo, se rectifica de sal, si es necesario, y se sirven las perdices, sin olvidar que la salsa debe quedar algo espesita.

## GACHAMIGAS MANCHEGAS

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 300 gramos de papada de cerdo | 1/2 decilitro de aceite |
| 200 gramos de pan sentado (del día anterior) | 1 cucharada rasa de pimentón |
| 3 cucharadas de harina de almortas | alcaravea |
| 2 cucharadas de harina de maíz | clavillo (poco) |
| 2 dientes de ajo | pimienta molida |

Se empieza por freír, en una sartén grande, los ajos previamente aplastados que, una vez fritos, se retiran. Seguidamente se echa la papada de cerdo cortada a trocitos y el pan en forma de cuadritos del tamaño de un garbanzo; una vez fritas ambas cosas se sacan de la grasa. En este momento se le añade el pimentón y acto seguido –con el fin de que no se queme– la harina de almortas, la pimienta, la alcaravea, el clavillo y la sal, removiéndose continuamente hasta que la harina quede bien rehogada. Échese aproximadamente litro y medio de agua caliente más la harina de maíz desleída con un poco de agua fría, removiendo bien la mezcla a fin de que no se formen grumos. Debe quedar de la consistencia de un puré espeso. Déjese cocer lentamente, sin parar de remover con una espátula o cuchara de madera, por espacio de unos veinte minutos, hasta que las harinas estén bien cocidas. Rectifíquese de sal.

Una vez cocidas se les mezclan la papada y el pan (torreznos) fritos en un principio. Seguidamente se pueden servir las gachamigas.

## PERDICES ESCABECHADAS

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 4 perdices | orégano |
| 1 cebolla grande | 6 granos de pimienta |
| 4 dientes de ajo | 2 clavillos de especia |
| 2 decilitros de aceite | vino blanco |
| 2 hojas de laurel | vinagre |
| tomillo | sal |

Las perdices, una vez limpias y embridadas con bramante, se sazonan interior y exteriormente con sal y se fríen en aceite hasta quedar doradas; a medida que se van friendo se ponen en una cacerola.

En el aceite en que se han frito las perdices, se echan la cebolla cortada delgada, los ajos aplastados, el laurel, el tomillo y el orégano, y al quedar dorada la cebolla se vierte todo sobre las perdices –en este momento se les puede echar una cucharadita de excelente pimentón– que se cubren totalmente de líquido en iguales proporciones de vino blanco, vinagre y agua.

Añádaseles los clavillos y la pimienta, algo triturados, y un poquito de sal; háganse cocer suavemente cubiertas con su caldo y a medida que se van cociendo se separan las que estén tiernas. Una vez que lo estén todas se retira la cacerola del fuego, se sacan las perdices y se deja enfriar todo.

Cuando caldo y perdices estén fríos por completo se colocan en un bocal de vidrio u olla y se cubren con el caldo pasado a través del colador, procurando siempre que el líquido las cubra totalmente y que quede una capa de aceite por encima. Para servirlas deberá sacárselas el bramante.

## CORDERO ASADO A LA MANCHEGA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1.200 gramos de cordero | 1 diente grande de ajo |
| 100 gramos de manteca de cerdo | 1 hoja de laurel |
| 1 vaso de vino blanco de Valdepeñas | 4 granos de pimienta y perejil |

El cordero, una vez espolvoreado con sal, se pone, con el laurel y los granos de pimienta, en un cuenco de barro barnizado y se mete a asar en el horno algo vivo. Cuando haya tomado color por todos los lados se rocía con el vino y a medida que se va asando se riega con su grasa.

Una vez asado se recoge la grasa que tenga y en esta grasa, puesta en la sartén, se fríe el ajo y el perejil picados; antes de que el ajo tome color se le agrega todo el jugo del cordero, separando la hoja de laurel y los granos de pimienta; este jugo, con el ajo y perejil, se deja cocer unos 5 minutos y se vierte sobre las carnes, que habremos cortado y puesto en el mismo cuenco en que la hemos asado y en él la serviremos a la mesa.

Como complemento podemos guarnecer nuestro plato con patatitas nuevas doradas y alcachofas fritas o bien con alguna ensalada del tiempo.

## BACALAO A LA MANCHEGA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 400 gramos de bacalao grueso seco | 8 huevos |
| 200 gramos de cebollas | 1 hoja de laurel |
| 300 gramos de tomates maduros | 1 cucharadita de pimentón |
| 3 pimientos grandecitos | unas hebras de azafrán seco |
| 1 diente de ajo grande | pimienta molida |
| 1 decilitro y medio de aceite | perejil |
| 50 gramos de harina | sal |



El bacalao se pone en remojo 24 horas antes, cambiándole el agua dos o tres veces.

Se corta a trozos que se pasan por harina y se fríen en aceite. Una vez frito y frío el bacalao se deshoja separándole las pieles y las espinas.

En el mismo aceite que se ha frito el bacalao se fríe la cebolla picada y el laurel; al estar frita la cebolla se le añade el ajo y el perejil picado, el pimentón, el azafrán y por último los tomates pelados sin semillas y picados. Déjese reducir hasta que el tomate quede bien frito. Sazónese con sal y pimienta.

Los pimientos se asan y una vez asados se pelan, se les separa el pedúnculo y las semillas, y se cortan a tiras.

En una cazuela o tartera de barro barnizada se echa una buena cucharada del tomate y cebolla preparados y se extiende por todo el fondo; encima se pone una capa de bacalao desfoliado, sobre éste unas tiras de pimiento asado, encima otra capa de cebolla y tomate, luego el resto del bacalao, otra capa de pimientos y por último, el resto del tomate. Métase la cazuela unos 15 minutos en el horno y momentos antes de servirse a la mesa se cascan los huevos aparte, que cuajan, y se ponen encima del bacalao; debe presentarse a la mesa recién salidos del horno, con las claras cocidas y las yemas blandas, en el mismo recipiente.

## GAZPACHO MANCHEGO

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 3 perdices | unas hebras de azafrán |
| 2 conejos de monte | 6 granos de pimienta |
| 2 decilitros de aceite | un poco de canela en polvo |
| 2 dientes de ajo | unas ramita de romero y una brizna de tomillo atadas con un hilo fuerte |
| 1 cebolla grande | |
| 3/4 de litro de vino blanco | |
| unas rebanaditas de pan para picada | 2 tortas de pan sin levadura |
| | sal |

Las perdices y los conejos, una vez limpios, se cortan, por la mitad las perdices y los conejos a cuartos. También pueden hacerse partes más pequeñas.

En sartén con el aceite, puesta al fuego se empieza por freír los ajos, las rebanaditas de pan y los hígados de los conejos; al quedar éstos fritos se sacan del aceite y se reservan; seguidamente se echan los conejos y las perdices previamente sazonados con sal y al empezar a dorarse se les echa la cebolla picada que se deja tomar un ligero color rubio removiéndolo con la

espumadera de hierro. Al estar la cebolla frita se le agrega el vino y doble cantidad de agua, dejándose cocer.

En el almirez se machacan el azafrán, la pimienta, los ajos fritos, el pan frito y los higadillos de los conejos. Al estar todo bien machacado se diluye con un poco del caldo de las perdices y los conejos y se añade a éstos. Rectifíquese de sal y añádase la canela. De las dos tortas de pan, una de ellas se desmiga y la otra se reserva. La desmigada se añadirá al contenido de la sartén donde deberá cocer unos minutos más, hasta que estén cocidos las perdices y conejos. La sopa se come en la propia sartén empleando como cuchara trozos de la torta que conservamos entera y como segundo y último plato se comen las perdices y los conejos.

## TOJUNTO O TOCRÚO
(Todo junto o todo crudo)

*4 personas*

1 kilo de carne de ternera
2 pimientos medianos
1 cebolla grande
1 kilo de patatas
2 dientes de ajo grandes
1/2 vaso de vino blanco
4 granos de pimienta
2 clavillos de especia
1 decilitro de aceite
1 hoja de laurel
unas hebras de azafrán
sal

En una olla de barro panzuda y de boca estrecha se pone el aceite, la carne de ternera cortada a trozos, la cebolla troceada, los ajos picados, la pimienta y los clavillos machacados en el almirez, el laurel, el azafrán seco, los pimientos libres de semillas y picados, las patatas a trozos, el vino y la sal. Cúbrase con agua fría teniendo presente no ponerla en gran cantidad ya que de ella depende el resultado del guiso.

Póngase la olla bien tapada sobre el fuego, algo activo, hasta que se rompa el hervor para continuar su cocción suavemente hasta que la carne esté tierna. Estando adelantada la cocción, se rectifica de sal. Al reducir el caldo de la olla, redúzcase también la presión del fuego. Una vez la carne esté cocida, la salsa de nuestro guiso deberá llenar la mitad del contenido de la olla.

Nota: este plato lo mismo puede prepararse con carnes de matadero (ternera o carnero) que con cerdo fresco, pollos, conejos o perdices. Las cantidades son, aproximadamente, las equivalentes a las de la ternera de nuestra receta.

## SALPICÓN

Generalmente el salpicón se prepara utilizando carnes ya cocidas o asadas frías, de clases diferentes, cortadas a dados del tamaño de garbanzos.

A estas carnes se les añaden cebolla picada, huevos duros cortados de un tamaño aproximado al de las carnes, pimientos asados, pelados y sin semillas también cortados como las carnes, tomate crudo algo maduro, pelado, sin semillas y picado; todo ello, aliñado con aceite, vinagre, perejil picado, sal y un poquito de pimienta molida.

Debe resultar un sazonamiento jugoso, pero sin caldo. En verano sírvase lo más frío posible.

## PISTO MANCHEGO
(Alboronía)

*4 personas*

100 gramos de tocino entreverado o jamón
200 gramos de cebollas
2 calabacines grandes o bien un calabacín y una berenjena
250 gramos de tomates maduros
2 pimientos grandecitos
100 gramos de manteca de cerdo o aceite
pimienta molida

En una cazuela de barro o sartén, puesta al fuego, se echa la manteca y el tocino cortado a cuadritos; cuando éste quede frito se le añade la cebolla cortada un poco larga y delgada, y los pimientos pelados, sin semillas y cortados a cuadros algo gruesos.

Cuando cebolla y pimientos estén casi fritos se les incorporan los calabacines cortados a dados. Saltéese y fríase todo junto y al estar frito échesele el tomate pelado, sin semillas y picado, y déjese reducir hasta quedar también frito.

Sazonamiento con sal y un poco de pimienta. Si se dispone de jugo de asados, añádasele un poco.

Puede servirse en tartera o fuente de gratinar, con huevos cuajados encima o con huevos revueltos.

Nota: para pelar los pimientos se chamuscan al fuego hasta quedar negros, luego se lavan al chorro del agua fría para que salte la piel quedando el pimiento crudo.

## LIEBRE ESTOFADA CON JUDÍAS

*4 personas*

1 liebre mediana
250 gramos de judías blancas (puestas en remojo la víspera)
2 cebollas medianas
en un haz, con bramante o hilo grueso
1 vaso de vino blanco
2 dientes de ajo gordos
1 hoja de laurel, una brizna de tomillo y unos tallos de perejil, todo ello atado,
1 decilitro de aceite
2 cucharadas de vinagre
1 guindilla pequeña y sal

Las judías se ponen a cocer según costumbre. La liebre, una vez bien limpia, se corta a trozos que se echan en una olla de barro donde se añaden las cebollas picadas, los ajos también picados, el atadillo de hierbas (que una vez finalizado el guiso se saca), el vino blanco, el aceite, el vinagre, la sal y un poquito de agua (o caldo de las judías si están cocidas). Tápese la olla poniendo un papel de estraza entre olla y tapadera (o mediante un recipiente con agua) y póngase al fuego.

Ebullición lenta hasta que la liebre quede tierna. Veinte minutos antes de que esté en su punto se le añaden las judías cocidas (si por efecto de la cocción la liebre hubiese perdido demasiado líquido, agréguese un poquito de caldo de las judías) y la guindilla picada.

## CACHUELA

*6 personas*

1 hígado y 1 estómago de cerdo
2 huevos
2 chorizos extremeños
1 cebolla grande
2 tomates medianos
6 dientes de ajo
100 gramos de manteca de cerdo
un poco de canela en polvo
un poco de pimienta negra molida
unos cominos (pocos)
1 cucharadita de pimentón
3 cucharadas de miga de pan rallado
un poquito de clavillo en polvo
unas hebras de azafrán pulverizado
2 cucharadas de vinagre
2 litros de agua
perejil
sal

Límpiese bien el estómago de cerdo, raspándolo con el cuchillo y lavándolo. Píquese luego muy menudo y hágase lo mismo con el hígado, aunque por separado.

En una cazuela se empieza por fundir la manteca y freír en ella la cebolla y cuatro de los seis dientes de ajo, todo bien picado.

Al empezar a dorarse se le añade el tomate, pelado y picado finamente, y perejil, también picado.

Una vez frito el tomate se añaden los chorizos, partidos en dados, la canela y el pimentón. Cuando está todo bien rehogado se incorpora el estómago y luego el hígado. Se fríe concienzudamente.

A continuación, se echa el agua caliente y se deja cocer despacio, durante unos 20 minutos.

En el almirez se empieza por machacar los cominos, el azafrán y los dos ajos restantes, con un poquito de sal. Una vez machacado se añade el clavillo, la pimienta y el pan rallado.

Con todo ello y un poquito de caldo del que cuece en la cachuela, se forma una pasta muy fina. Esta pasta se diluye con caldo de la misma y se echa todo dentro de la cazuela. Rectifíquese la sal y continúese la cocción por espacio de 15 minutos más. Momentos antes de retirar la cachuela del fuego, para servirla a la mesa, se reparten por toda la cachuela los huevos batidos, acompañados del vinagre.



# Madrid

En este momento, en 1970, Madrid es una de las ciudades de Europa donde mejor se come, y esta afirmación creemos que tiene cierto valor, no por afirmarlo nosotros –que no tenemos autoridad para atrevernos a tan rotundas aseveraciones–, sino por nuestra calidad de barceloneses. Porque Madrid ha desplazado, de unos años a esta parte, a Barcelona en lo que se refiere a cocina pública, y ésta es una verdad que no debe ser ocultada. En Madrid pueden elegirse los más diversos estilos culinarios, porque se da la feliz circunstancia de que toda la cocina española se halla brillantemente representada en restaurantes especializados y en los fogones familiares, donde se practica la tradicional cocina de las regiones originarias de tantos madrileños.

Sin embargo, tenemos que hablar de la cocina madrileña. Cierto es, repetimos, que en Madrid pueden tomarse tan buenas fabadas como en Oviedo, tan excelentes arroces como en Valencia y tan milagrosas angulas como en Bilbao, pero a nosotros nos interesa la cocina intrínsecamente madrileña.

Ahora bien, la cocina autóctona de la capital no pasa de ser un fondo gastronómico de Castilla la Nueva, natural, sabroso y espontáneo, con aditamentos de algunas especialidades regionales. En Madrid existe un puchero muy parecido al extremeño y al manchego, pero enriquecido con las glorias fastuosas de la capital. Existen unas sabrosísimas sopas de ajo, unos callos, unas judías, y también unos asados y unas perdices que recuerdan que la capital contó, en otro tiempo, con numerosos y ricos cazaderos.

Es una cocina, pues, de meseta, más pastoril que agrícola, muy sugestiva por su misma depuradísima pobreza.

Un plato madrileño típico son las judías al tío Lucas. Quién fuera este tío Lucas no está bien aclarado, pero bien cierto es que existen varios platos a lo tío Lucas, de un honesto acento manchego. Posiblemente el tío Lucas fue propietario de un figón en Madrid.

Nosotros lo tenemos por manchego. Pero Luis Antonio de Vega lo declara, de una manera categórica, montañés, y afirma «que, por los años 1850 a 1865, tuvo un figón en la calle Angosta de Peligros, que hoy es calle de Sevilla, y allí iba a comerlas la buena sociedad madrileña, a la salida del teatro». A nosotros, con Dionisio Pérez, la cocina del tío Lucas nos sigue pareciendo –más que las alubias, la perdiz, de la que hablaremos– algo entroncado con la cocina manchega.

Ángel Muro, tratadista del siglo XIX, nos da, en sus *Conferencias culinarias,* una fórmula, que afirma poseer de la mano del propio tío Lucas, más torpe con la pluma que con el cucharón. No podemos resistir copiarla con la propia ortografía: «Se mete en una oya de barro, una livra de tozino, muy partio, con Aceyte paque se reajogue bien i sechan cuatro livras daluvias con cevoyas, agos, perrejil comino laurel sal pimentón i arrima la oya al fogon dejalá qe cuescacuatro oras».

La perdiz al tío Lucas exige ser cocida a fuego lento, en olla de barro, bajo lonjas de tocino y un machacado de carne de carnero, tocino, sesos, setas, trufas, perejil, cebolletas, migas de pan, pimienta y sal, y todo esto bien batido con huevos.

Otro gran plato a la madrileña son los callos. Los callos, palabra que viene directamente del latín *callum,* son pedazos del estómago de vaca o de carnero, que se comen guisados. La primera mención en castellano es de finales del XVI, del año 1599 exactamente. Es plato que ha pasado de ser algo tabernario a tener una entidad considerable. Callos o tripas existen en toda España. En Cataluña, en La Rioja, en Galicia, en el País Vasco, en Andalucía. Existen también en otras cocinas: a la moda de Caen, en Francia; *alla fiorentina,* con moderada cantidad de tomate, en Italia. Pero en Madrid se cocinan con especial gracia. Hemos de copiar la fórmula impecable de Teodoro Bardají:

> «El jefe de cocinas de los duques del Infantado –cincuenta años de práctica en este noble servicio del fogón– da la receta clásica de los callos a la madrileña:
>
> »Para siete personas se necesitan un kilo de callos, una pata, un morro de ternera, 200 gramos de chorizo duro, 100 gramos de jamón cortado en trocitos, 100 gramos de morcilla especial para callos, medio litro de vino blanco, una cebolla grande muy picada (200 gramos), una zanahoria (10 gramos), un puerro picado, dos dientes de ajo, medio litro de puré de tomate, 10 gramos de pimienta, un clavo de especias, una cucharada colmada de harina y otra rasa de pimentón, que puede ser dulce o picante, un decílitro de aceite, 10 gramos de sal y una hoja de laurel».



Sin embargo, no podemos dejar de narrar una anécdota que fue célebre en el siglo XIX. En el momento en que el restaurante Lhardy estaba en su máximo apogeo, frecuentaba la pastelería, a hora fija, un personaje, de encopetado abolengo, aficionado a los callos. Este personaje era un bromista y gustaba hacer rabiar al viejo Lhardy. Ángel Muro cuenta así esta anécdota:

> «Una tarde que andaba Lhardy atareado en la preparación de una suntuosa comida, el amigo le dijo:
>
> »–Mire usted, Lhardy; con tanta farsa de salsas Perigord, y financiera, y barrigoule, y esos perfectos al café, no es usted capaz, ni uno solo de sus cocineros tampoco, de guisar callos como los hacen ahí cerca, en una taberna de la calle del Pozo.
>
> »–¡A que sí!
>
> »–¡A que no!
>
> »–Apuesto veinte botellas de Champagne Roederer –añadió Lhardy.
>
> »–Van –dijo el vejete–. El domingo haré que traigan aquí los callos que yo habré encargado y usted presentará los hechos en su casa.
>
> »–¡Bueno!, pues hasta el domingo.
>
> »Llegó por fin el día prefijado, y en torno a una mesa estaban ocho personas, constituidas en jurado, esperando la llegada de los callos de las dos distintas procedencias.
>
> »Sirviéronse, en cazuela de buen barro de Alcorcón, los del amigo de la casa; y los de Lhardy, en espléndida tartera de plata.
>
> »Los jurados comieron de los dos platos, y por unanimidad se otorgó el premio al guiso de la taberna.
>
> »–Muy bien –dijo Lhardy–. Beberemos champagne, pero yo no pago la apuesta, porque si se concede un premio a los callos del señor, hay que conceder otro igual a los míos.
>
> »–¿Cómo es eso? –gritaron a una todos los comensales.
>
> »–Pues, sencillamente, como van ustedes a oír: cuando estipulamos nuestra apuesta el otro día, yo no me cuidé para nada –siguió diciendo Lhardy–, en mi casa, de callos ni de caracoles. Me fui a la taberna de la calle del Pozo y le dije al amo: "Cuando hagas unos callos, que vendrán a encargarte para el domingo próximo, haces doble cantidad, que la mitad la pago yo". De casa vendrán a buscarlos, y te ruego que guardes el secreto. Con que, señores míos, unos y otros callos son iguales, gemelitos, guisados en la misma cazuela. Y ahora ¿qué dicen ustedes...?
>
> »Corrido quedó el jurado, y por poco se le indigesta el manjar al anciano que nada o tan poco sabía distinguir».

La sopa de ajo es, de acuerdo con nuestra clasificación, el tercer plato madrileño. Sopas de ajo las hay en toda España. Es símbolo de sencillez: «No inventó las sopas de ajo», se dice de alguien de cortos alcances. Y sin embargo, se trata de una muy difícil sencillez... y necesítase una familiar genialidad para cocinar este plato matriarcal y nutricio. La sopa de ajo madrileña posee una escueta severidad, muy alejada de la espectacular sopa de ajo aragonesa, con huevos y tostadas, e incluso, si a mano viene, ajolio.

La sopa de ajo madrileña es perfecta. Existe una fórmula, en verso, debida a Ventura de la Vega. No podemos dejar de copiarla, aunque no sea muy aconsejable para obtener unas buenas sopas:

Ancho y profundo cuenco, fabricado
de barro –como yo– coloco al fuego;
de agua lo lleno; un pan despedazado
en menudos fragmentos le echo luego
en sal y pimentón despolvoreado;
de puro aceite tímido lo riego;
y del ajo español dos cachos mondo
y en la masa esponjada los escondo.
Todo el calor del fuego hierve junto
y en brevísimo rato se condensa
mientras de aquel suavísimo conjunto
lanza una parte en gas la llama intensa:
parda corteza cuando está en su punto
se advierte en torno y los sopones prensa
y colocado el cuenco en una fuente
se sirve así para que esté caliente.

Curioso es el poema culinario. Añadiremos, como dato anecdótico, que este poema fue musicado, en 1892, para canto y piano, por José María Casares. Pero mejor será que, a la hora de hacer las sopas, lo olvide el lector. Aquí va la fórmula idónea, para lo que valga: se pone aceite en la sartén y se fríen en seguida tres o cuatro ajos picados. En cuanto esté bien colorado, se echa una cucharada de pimentón y, antes de que ennegrezca, el pan cortado a rebanadas, algo tostado o no. El agua hirviendo y la sal. Luego viene el huevo, o mejor, un par de huevos.

Hemos comido en Castilla tantas buenas sopas de ajo como deliciosas sopas de *farigola* (tomillo) o de hierbabuena (menta) en Cataluña. Mejor es olvidar, ante un plato de este tipo, el vino blanco. Un tinto es inexcusable. Comimos unas sopas que acompañamos con un



excelente vino de Toro. Y seguimos la fórmula que dio Julio Escobar, gastrónomo castellano, quien aconseja que cuando las sopas llegan ardientes a los manteles, se les añada una generosa cucharada sopera del vino zamorano. Otros tintos también son apropiados: los de Aranda, de Peñafiel, de Cebreros.

Y con ello llegamos, sin dejar la sopa, al pan, base de ella. El pan, en Madrid como en el resto de España, ha ido perdiendo calidad. Aún se comen buenos panes en Castilla la Vieja, en la Nueva, en Andalucía. Hasta hace poco, hasta la triste mecanización del pan, al que se aprendió a menospreciar durante la guerra civil y la posguerra, era el alimento base, casi sagrado, del español. Azorín, emigrado en París, lo soñaba, en 1937, pensando en España; soñaba como debe hacerlo un escritor descriptivo, enumerándolo:

«Tengo vivo afecto al pan. Evoco ahora todos los nombres, tan españoles, del pan de España: hogaza, molletes, rosca, libreta, telera, morena, oblada, bodigo, zatico, cantero, corrusco, pan lendado o con levadura o lenda, pan ázimo o cenceño, sin levadura, pan pintado, en fin; pan con adornos o dibujos trazados con la pintadera. Y si hay pan blanquísimo, pan candeal, también hay pan sustancioso, pan moreno, bazo o prieto...».

Observe el lector el engolosinamiento verbal del maestro, que comía el pan –ciertamente sabroso por francés– de la emigración. «El pan de París es exquisito, blanquísimo y ligero, pero a mí me ha sabido muchas veces, según el adjetivo consagrado, a amargo.» Azorín es un glotón de las cosas puras, el pan, el agua: «No bebo más que agua y el agua es en mí un lujo y una voluptuosidad».

En su momento hablamos del cocido madrileño. Nos toca ahora tratar de un plato que no es intrínsecamente madrileño, sino de toda la gastronomía española: el redondo as de oros de nuestra cocina, la dorada tortilla de patatas. Esta tortilla, que se llama a la española, teníamos que ponerla en algún lugar. Quizás en Betanzos, donde son compactas, o en Cataluña, que las hace jugosas, o en los países vascongados, donde se celebran competiciones de maestría en la elaboración de esta sabrosa tortilla. Pero la ponemos en Madrid, la capital, para no conceder especiales privilegios. La tortilla de patatas es esencialmente española. Lo que en Francia se conoce como *omelette parmentier* es algo muy distinto, pues se hace con puré de patata y no, como nuestra tortilla, con patatas fritas en aceite o en manteca de cerdo. El gran momento de la tortilla a la española es el

siglo XIX –la palabra «tortilla» empieza a usarse a principios del XVII–, cuando se impone como merienda fría o plato caliente. En nuestro siglo empieza a servirse como tapa, cortada en dados. Así se populariza fuera de nuestras fronteras; recordamos una recepción en el consulado español de Munich, hace unos años, en la cual los circunspectos alemanes asaltaron, con furor teutón, las fuentes...

La tortilla de patatas tuvo una variante decimonónica, que no prosperó. Se azucaraba una parte de las patatas y se las estimulaba con un poco de limón.

La tortilla de patata y cebolla, que a veces se conoce también con el nombre de «tortilla a la española», tiene otro gusto, y no malo. Si se añaden unas puntas de espárragos, miga de pan y perejil, se obtiene la castellana tortilla a la capuchina.

La cocina madrileña cuenta con otros muchos platos; a algunos se les ha añadido el apelativo «a la madrileña», sin que Madrid tenga la menor culpa. Cualquier dudoso caldo, consomé o crema en que intervenga el tomate, aunque se tomen en los países anglosajones, será «a la madrileña», con notoria injusticia para el genio coquinario de Madrid. En cambio, sí son genuinamente madrileños el potaje de Cuaresma, a base de garbanzos y espinacas; las lentejas con parecido guiso; los caracoles; el besugo que preside la cena de Nochebuena; las criadillas; los platos de menudillos y ciertos asados, entre ellos el secular cochinillo, especialmente el famosísimo del restaurante Botin.

En el capítulo de los dulces, los churros con chocolate han sido, hasta fecha muy reciente, el general desayuno madrileño. Todavía se toma, aunque la vida moderna, que todo lo iguala, nos ha llevado al universal zumo de frutas o al socorrido café con leche. El churro –que en Andalucía se llama también «tejeringo»– es un buñuelo de forma alargada y acanalada. El arte del buen churrero consiste en conocer el punto de calor del aceite. La palabra «churro» plantea problemas más arduos que la confección del producto. Se supone que aparece escrita, por vez primera, en fecha reciente, en 1884. La palabra que hace referencia a cosa pringosa es más antigua. Hay quien cree que los primeros churreros de Madrid fueron aquellos castellanos o aragoneses limítrofes con la provincia valenciana y que, con intención peyorativa, son llamados «churros», es decir, «groseros». De una manera u otra, a finales del siglo XIX el churro sustituye en Madrid al picatoste, que tenía ya tres siglos de antigüedad, en el acompañamiento del chocolate.

Debemos detenernos en el chocolate, el ardiente soconusco. Soconusco es una región de México donde se producía un excelente cacao. Chocolate viene de una palabra azteca. Esta poción, los



antiguos aztecas la preparaban con semillas de aceba *(pócholt)* y de cacao *(cacáualt).* La palabra española es posible que provenga de *pocho-cacáualt* (bebida de cacao y ceiba), abreviado por los españoles en *chococacaualt.* El chocolate llega a España a mitad del siglo XVI y obtiene un éxito delirante. España lo extiende a la fraterna corte de Viena y, a través de las reinas Ana y María Teresa, a Francia. En 1631, Antonio Colmenero de Ledesma, que vivió mucho tiempo en México, escribió su célebre disertación *Curioso tratado de la naturaleza y calidad del chocolate.*

El éxito del chocolate debió de ser extraordinario y Colmenero se vio obligado a recomendar la necesaria sobriedad, que es, en sus términos más virtuosos, la siguiente: «Por la mañana, cinco o seis onzas dél en tiempo de invierno; si el sujeto es colérico, en lugar del agua ordinaria, se haga con agua de enduvia...». Los teólogos debieron intervenir para dictaminar acerca de si el pocillo de chocolate rompía el ayuno. La polémica fue grave y encendida, parecida a la que ocasionó, en tierras mahometanas, el café. El sobrio Escobar terció en ella, con frase resolutiva: *«Liquidium non rumpit jenjunium»,* proclamó, al paso que recomendaba que fuera fluido como convenía a su liquidez. Salvóse la conciencia universal de la católica España del siglo XVII.

La jícara o el pocillo de chocolate ha sido, durante siglos, el desayuno de los españoles. El chocolate en tableta, con la rebanada de pan o el tierno panecillo, es sabrosa merienda.

## Selección de recetas

### TORTILLA A LA ESPAÑOLA

*4 personas*

8 huevos
200 gramos de patatas
2 decilitros de aceite
sal

Las patatas, una vez peladas, se lavan en agua fría y se secan con un pañito.

A continuación se cortan en rajitas delgadas y se fríen en aceite o manteca de cerdo.

Cuando están fritas se les escurre un poco la grasa, si hubiese demasiada, y se sazonan con sal.

En un bol se baten los huevos, se les añade la sal correspondiente y se procede a hacer la tortilla, redonda y plana, procurando que adquiera un ligero color rubio por ambos lados.

Al servirla suele acompañarse con alguna ensalada, aparte de lechuga o escarola, sola o con tomate, cebolla, aceitunas y algunos trocitos de atún en escabeche o aceite.

### CALLOS A LA MADRILEÑA

*6-7 personas*

1 kilo de tripa de ternera o de vaca
1 pata
1 morro (en proporción: tres partes de tripa por una de morro y otra de pata)
100 gramos de jamón cortado a cuadritos
100 gramos de morcilla para callos
200 gramos de longaniza o chorizo duro
200 gramos de cebolla picada
100 gramos de zanahorias y un puerro grande, picadas ambas cosas como la cebolla
2 dientes de ajo picados
1/2 litro de vino blanco
1/2 litro de puré de tomate
1 cucharada colmada de harina
1 cucharada rasa de pimentón de Murcia (dulce o picante)
10 granos de pimienta y dos clavillos de especias machacados en el almirez
1 decilitro de aceite o manteca de cerdo
1 hoja de laurel
1/2 guindilla
vinagre y sal gruesa
sal

Si los callos son de ternera es conveniente que la pata y el morro también sean de ternera.

Si se adquieren crudos se raspan con el cuchillo, se les recortan las orillas y las partes deficientes y finalmente se cortan a trozos cuadrados, teniendo en cuenta que al quedar cocidos menguan en tamaño.

Al morro y a la pata se les separan los huesos (el de la pata se cuece con los callos y al servirlos se desechan el hueso y la guindilla).

Se socarran, con un hierro candente, los pelos, de la pata y del morro, que se raspan con el cuchillo y se cortan a trozos iguales a la tripa.

Se ponen callos, pata y morro en un lebrillo, con un buen puñado de sal gruesa y un vaso de vinagre o el zumo de un par de limones.

Se frotan bien para que se limpien totalmente y se lavan cambiando varias veces el agua fría. Una vez lavados se ponen a cocer cubiertos de agua fría.

Al cabo de 5 minutos de haberse iniciado la ebullición se espuman y se escurren, se les pone agua fría nueva que los cubra, y se les añade el laurel, la guindilla, el vino, las especias machacadas y sal.

Déjense cocer lentamente hasta que estén tiernos.

Si son de ternera necesitarán, aproximadamente, 3 horas.

Si son de vaca, el doble o algo más y por ello consumirán más agua de la cocción, por cuya razón es aconsejable añadir agua caliente de forma que queden cubiertos.

En la sartén se fríe, con el aceite, el jamón; seguidamente, la cebolla, zanahoria y el puerro.

Al empezar a dorarse se le incorpora el pimentón y el tomate que se deja sofreír un poco, para terminar mezclándoles la harina que se rehoga y se diluye con caldo de los callos.

Esta salsa se vierte en la cacerola o marmita cuando los callos, con la morcilla y la longaniza, están ya casi cocidos.

Cocción lenta y continuada por espacio de una hora más.

Debe resultar una salsa espesita, más bien corta.

Rectifíquese de sal.

Sírvanse en fuente algo honda o en cazuela de barro poniendo la longaniza y la morcilla, en rodajas alternadas, encima de los callos.

### COCIDO MADRILEÑO

*6 personas*

500 gramos de carne de vaca de la parte de la espalda o del morcillo (jarrete)
1/2 gallina
100 gramos de jamón
100 gramos de tocino
1/2 pie de cerdo, salado
1 chorizo
1 hueso de vaca
1 morcilla

500 gramos de garbanzos que se pondrán, la víspera, en remojo en agua, con el pie de cerdo salado
1 col grande (puede reemplazarse por judías verdes, acelgas, repollo o cardillos)
1 zanahoria
1 cebolla pequeña con un clavo de especias incrustado
1 trocito de apio
1 nabo pequeño
6 u 8 patatas del tamaño de un huevo de gallina (enteras o partidas por la mitad)
1 salsera de tomate pelado, picado y frito, con aceite en el que se haya frito antes un diente de ajo

Sobre fuego vivo se pone una olla de boca ancha, o una marmita, con unos tres litros de agua, la carne, el hueso, el medio pie de cerdo, el tocino y el jamón.

Al romper la ebullición se espuma y se le echan los garbanzos, la zanahoria, el nabo, el apio, la cebolla, la gallina y la sal. Cocción lenta y continuada hasta el momento de incorporarle las patatas, que será cuando el cocido esté casi hecho. La verdura se cuece aparte, junto al chorizo y la morcilla, y una vez cocida se sofríe en un poco de aceite en el cual se habrá refrito un diente de ajo.

En el momento de hacer la sopa se saca el caldo preciso de la olla, al que se le añade un poco del que ha servido para cocer la verdura y los embutidos. La sopa puede ser de pan, arroz o de alguna pasta, y se sirve al principio del almuerzo.

Los garbanzos se colocan, escurridos, en la fuente; sobre ellos, la carne, gallina, jamón, tocino y pie de cerdo cortado a trozos y bien dispuesto.

La verdura salteada se sirve en otra fuente, con la morcilla y el chorizo cortado en rodajas y las patatas alrededor de la verdura. Las dos fuentes se presentan al mismo tiempo acompañándolas con la salsera de tomate frito.

## PAVO ASADO A LA MADRILEÑA

*6-8 personas*

1 pavo joven, de unos 3 kilos
2 o 3 albardillas de tocino graso, delgadas
1/2 litro de vino rancio, seco
150 gramos de manteca de cerdo
1 kilo de patatas
aceite para freír las patatas
6 manojitos de berros

El pavo, totalmente limpio, se sazona, interior y exteriormente, con sal y se riega con un poco de vino rancio seco; se cose con bramante, a fin de que conserve su forma y se le cubren las pechugas con las albardillas de tocino, que se sujetan también con bramante.

Se pone el ave en una cacerola honda o grasera, se cubre con manteca de cerdo y se asa a horno ni fuerte ni flojo. Cada 20 minutos se riega con su propia grasa y se le da la vuelta.



Antes de quedar asado se le separan las albardillas, con el fin de que las pechugas adquieran color. Cuando el pavo se ponga dorado, en el fondo de la grasera empezará a acaramelizarse el jugo que habrá soltado el pavo.

Entonces se le añade el vino rancio seco y se va regando, durante la cocción, con el jugo que produzca, aumentándolo con un cucharoncito o dos de agua o caldo, si fuese preciso.

Sírvase trinchado o entero (desprovisto del bramante), adornado o guarnecido con los berros escogidos, lavados en agua fría y escurridos y con patatas fritas. Rocíese con su jugo desengrasado y pasado antes por el colador fino; el resto del jugo puede servirse en salsera aparte y al mismo tiempo que el pavo, así como también puede acompañarse con una ensalada de lechuga y apio o escarola, etcétera

## CREMA O LECHE FRITA

*6 personas*

1/2 litro de leche
150 gramos de mantequilla
200 gramos de harina
250 gramos de azúcar
400 gramos de pan seco rallado
4 huevos
aceite para freír
1 canutillo de canela y una piel delgada de limón o de naranja o bien un trocito de baya de vainilla, para aromatizar

En una cacerola, con la mantequilla fundida, puesta sobre el fuego se echan 150 gramos de harina previamente pasada por el cedazo, déjese rehogar un poco.

Seguidamente se le adiciona el azúcar (125 gramos, solamente) que se mezcla con el batidor para terminar añadiéndole la leche y pasada por el colador fino recién hervida, con el aroma (la vainilla solamente o bien la canela con la piel de limón o de naranja).

Se trabaja sobre el fuego removiendo con el batidor y cuidando de que los ingredientes no se agarren al fondo de la cacerola.

Al romper el hervor se retiran del fuego y se les mezclan, una a una, las cuatro yemas de huevo.

Esta operación deberá hacerse con rapidez, a fin de que las yemas no se coagulen.

Se extiende la crema sobre el mármol, fuente o placa ligeramente untada de aceite fino o bien de almendras, dándole a nuestra crema un espesor uniforme y de unos dos centímetros.

Déjese enfriar por completo y, si se prefiere, póngase en el frigorífico durante un buen rato.

Una vez fría la crema, se corta en forma de cuadros, rombos o triángulos; cada trozo se pasa por harina (de la que nos ha quedado); luego, por las claras batidas (no montadas) o, si se prefiere, por huevo batido y, finalmente, por pan rallado, como si se tratase de empanar croquetas.

Fríase la crema en aceite bien caliente. Una vez doradas se escurren y se pasan por el azúcar que hemos reservado.

Se sirven frías o calientes, en una bandejita con servilleta.

También se sirven recién fritas, sin pasarlas por el azúcar pero acompañadas por una mermelada de frutas no demasiado espesa.

## JUDÍAS A LO TÍO LUCAS

*6 personas*

800 gramos de judías blancas (preferibles de la última cosecha y puestas en remojo 3 o 4 horas antes)
200 gramos de tocino
1 cebolla mediana, entera
1 cabeza de ajos mediana, entera y limpia de ajaspajas
algo menos de 1 decilitro de aceite
1 hoja de laurel
1 cucharadita rasa de pimentón
unos pocos cominos machacados en el almirez
1 ramita de perejil
sal

En una olla de barro, con el aceite, se rehoga el tocino cortado a pequeños trozos y, una vez rehogado, se echan las judías escurridas, la cebolla, los ajos, el laurel, el pimentón, los cominos y el perejil.

Cúbranse con agua fría algo abundante (se servirán caldosas) y vuélvanse a poner al fuego.

Cocción suave y continuada hasta quedar bien cocidas.

A media cocción se les añade la sal.

Sírvanse en fuente honda, con caldo de las propias judías, o en plato sopero.

## SOPAS DE AJO A LA MADRILEÑA

*4 personas*

3 dientes de ajo picados
100 gramos de pan esponjoso cortado a rebanadas bien delgadas
1 cucharadita de pimentón de Murcia
1/2 decilitro de aceite
2 huevos

En una cazuela de barro se fríen, con el aceite, los ajos picados.

Antes de empezar a tomar color se añade el pan, que se rehoga un poco con el aceite y se espolvorea con el pimentón; seguidamente se moja (procurando que no se queme el pimentón) con un litro de agua caliente y la correspondiente sal. Déjese cocer unos 15 minutos, suavemente.

Momentos antes de servir nuestra sopa, añádasele dos huevos bien batidos, en dosis sucesivas, con objeto de que se coagulen.



## TORTILLA A LA CAPUCHINA

*4 personas*

8 huevos
1 patata grandecita
4 cucharadas soperas de puntas de espárragos (pueden ser trigueros)
1 cebolla mediana
80 gramos de miga de pan blanco rallado
perejil
2 decilitros de aceite

La patata, cortada a cuadros delgados, y la cebolla, a tiras cortas y delgadas, se ponen a freír en aceite o manteca de cerdo.

La miga de pan se fríe también, procurando que quede dorada pero no quemada, para lo cual se escurre, en cuanto empieza a dorarse, en la escurridera, donde adquirirá más color. Las puntas de espárragos se cuecen en agua y sal.

Cuando la patata y la cebolla están fritas se les mezclan las puntas de espárragos, se sazonan con sal y se saltea todo junto. Si hubiese grasa en exceso, se escurre un poco.

Los huevos se baten con un poco de perejil picado y con la sal correspondiente.

En el momento de hacer la tortilla –o tortillas, pues pueden hacerse dos– la miga de pan frita se junta con las patatas, cebolla y espárragos y se le da forma plana y redonda, dorándola por ambos lados.

Sírvase seguidamente a la mesa.

# Castilla la Vieja y León

La gran cocina de Castilla la Vieja está presidida por los asados. Los asados, en realidad, caracterizan la gastronomía de toda la España central, que por esto suele llamarse, precisamente, la «zona de los asados». Sin embargo, y sin que esto signifique menosprecio de las diversas fórmulas culinarias con que esta especialidad se prepara en otras regiones del interior, consideramos que es en Castilla la Vieja donde los asados de cordero o de cerdo alcanzan su máxima perfección.

Hemos dicho cordero y cerdo. Apresurémonos a especificar: cordero joven, o corderillo, que no haya cumplido el año de edad. Y, por lo que respecta al nobilísimo cerdo, debemos referirnos al tostón, un lechón de tres semanas cuyo peso oscile entre tres kilos y medio y cuatro. A ser posible, lo escogeríamos soriano, segoviano o burgalés, y aun vallisoletano. Lo que podríamos llamar «área geográfica» del lechón está incluso más definido: se trata del triángulo cuyos vértices son Arévalo, en la provincia de Ávila; Segovia y Peñaranda de Bracamonte, en tierras de Salamanca. Pero, por clásico que sea el «triángulo del lechón», no hay que ser rígidos en esta materia: exquisitos lechones se dan también en otros lugares salmantinos, en Valladolid y, en fin, en cualquier ciudad o aldea de la vieja Castilla y del antiguo reino de León.

Claro que, para uno y otro asado, no sólo es importante la calidad de la carne, sino que también el horno ha de reunir determinadas condiciones. Según Cándido, conocido hostelero segoviano, «el horno para asar estará hecho de adobes o ladrillos refractarios, en forma de media naranja, con chimenea de campana a la boca del mismo, y enrojado a base de romero y tomillo». No discrepamos del solemne Mesonero Mayor de Castilla, pero sí debemos añadir que los hornos de las ciudades castellanas ya citadas y de otras muchas, aunque a veces no idénticos al descrito, permiten cocinar grandes asados de tostón, tiernos, sabrosos e inolvidables, que se despedazan con el canto de un plato, tal es su suavidad.

El cordero castellano es igualmente excelente. Recordemos, en particular, los asados de cordero de Peñafiel, de Sepúlveda, de Aranda o de Roa, la villa burgalesa donde ajusticiaron al Empecinado y donde murió el austero cardenal Cisneros. Pero el cordero constituye el ingrediente básico de otra especialidad castellana, y precisamente burgalesa, que no dejaremos de mencionar: la sopa burgalesa en la que entran, en partes iguales, pedacitos de cordero desmenuzados y colas de cangrejo de río, asimismo descascaradas. Finalmente, antes de cerrar el capítulo del cordero castellano, recordemos el jigote de este animal, asado y servido sobre un lecho de patatas, que es otro importante plato de la cocina de la España central.

Gozan de meritoria fama las truchas del Tiétar y del Tormes. Y, especialmente, las de Puebla de Sanabria, que paladeó, con sumo placer, Alejandro Dumas. En Sanabria se preparan según la siguiente receta:

«Se toma una taza de aceite, una de agua, dos cucharadas de vinagre, perejil y ajos picados, sal, pimienta roja, pimentón, se mezcla bien todo ello. Posiblemente en la misma orilla del lago, se enciende una fogata y se echa la trucha, recién pescada y palpitando todavía, en esta composición».

Al margen de esta acertada fórmula que nos da Dionisio Pérez, en Castilla, las truchas se comen con el torrezno o una rodaja de jamón, o bien escabechadas. Además de las truchas de los ríos norteños de la zona, las de Riofrío y las del Alberche son también sabrosísimas. Puestos a establecer diferencias, volveríamos a insistir sobre las truchas del Tormes que, en su curso por Gredos, produce las más exquisitas.

Junto a la trucha, otro pescado, naturalmente fluvial, merece la atención del gastrónomo: la tenca. Se suele decir que sabe a cieno, y casi siempre es verdad. Pero si es de roca o se ha criado en un río limpio o en un estanque o laguna de fondo duro, la tenca puede constituir un plato nada despreciable, si se fríe con sabiduría y se condimenta de modo apropiado, como solían hacerlo las amas de casa de ciertas aldeas castellanas, especialmente cuando preparaban las abundantes comidas de bodas y las de los entierros.

En este mismo capítulo de los pescados de agua dulce, citemos también las ancas de rana, que cuentan con muchos partidarios, preparadas al ajo arriero, con ajo y perejil (las que en Francia llaman «a la provenzal»); con salsa verde y también con salsa de tomate –aunque esta última combinación no sea de nuestro gusto–. Tienen cierta predicación los pececillos del río Adaja, que llevan antigua fama de



incorruptibles. Y antes de terminar con este tema, insistimos sobre los cangrejos, excelentísimo producto de los ríos castellanos, que pueden constituir una acertada y deliciosa introducción a una gran comida en estas tierras.

Entre tantas fórmulas culinarias llamadas «a la zamorana», consideramos interesante el arroz. Álvarez Builla escribió: «Ya estoy cansado de oír decir a todo el mundo que el mejor arroz es el que se conoce con el nombre de "paella" y que los valencianos han querido poner a la cabeza de la escala gastronómica de la culinaria española». Y aquel buen periodista, para justificar lo que antecede, nos dio la siguiente receta del arroz a la zamorana que es, también nosotros compartimos su opinión, una inspirada y exquisita especialidad:

«El primer arroz del mundo, con perdón de los valencianos, y de los milaneses, y de los indios, es el arroz a la zamorana; es decir, el que se hace en la provincia de Zamora, y el más selecto de toda la región, el confeccionado en Alcañices. He aquí su fórmula. En una cazuela o cuenco de buen barro, se derriten cuatro onzas de excelente manteca de cerdo y se rehogan una libra de cebollas y media de nabos. Se añade perejil, orégano, tomillo, media docena de dientes de ajo y un poco de pimiento dulce. Bien frito todo esto y antes de que la cebolla tome color, se fríe y se hace cocer durante cuatro horas, y después de incorporar agua, pata, oreja y hocico de cerdo, bien partido todo en pedacitos pequeños y convenientemente deshuesado. Se agrega una libra de buen jamón de... mi propia casa y se completa la sazón. Cuando el todo hierve a borbotones se echa el arroz, que cocerá a medias, sobre fuego vivo. Entonces se retira; se cubre la superficie de la cazuela con lonjas de tocino fresco, muy delgadas. Se tapa la vasija con cobertera de hierro y se pone rescoldo encima. Cuando el tocino llegue a torreznarse se quita la tapadera, se deja reposar el plato y se come uno hasta la cazuela».

Si Zamora se enorgullece de su arroz, León puede vanagloriarse de las migas canas –plato pastoril y exquisito–, entre otras ilustres especialidades de sus fogones. Se trata de un plato antiguo del que vamos a dar una antigua receta:

«Hemos echado en el caldero una pella de sebo, la mitad de la riñonada de una borra, y mientras se derrite cogemos la hortera, que es un plato de madera bastante hondo, y deshacemos en ella, como

para sopas, un par de molletes. Derretido ya el sebo, después de exprimir y secar los residuos sólidos, echamos en el caldero una sopa sola y después de dejarla requemar allí dos minutos lo menos, la sacamos y la tiramos. Así las cosas, echamos en el caldero sin quitarlo de encima de la lumbre, el pan que tenemos preparado en la hortera, migado como para sopas, lo calcamos un poco con el cucharón de madera que tenemos ya en la mano para revolver, y luego, poniendo éste al revés, o sea con el lomo para arriba, echamos sobre él como medio cuartillo de agua, que caerá esparcida rociando todo el pan. Inmediatamente, se echa un poco de sal bien molida. En cuanto comience a evaporar el caldero, empezamos a revolver y desmenuzar el pan con el cucharón y de cuando en cuando, cogemos el caldero por el asa y dándole una sacudida especial, mezcla de fuerza y de arte, que no es fácil aprender de viva voz, volteamos toda la masa dejando lo de abajo arriba y viceversa. Diez minutos más tarde, quitamos el caldero de encima de la lumbre... y a comer».

Volvamos al cerdo, para tocar otro apartado importantísimo en la cocina castellana y leonesa: los chorizos y la chacinería toda. La salmantina villa de Candelario tuvo fama de ser la capital del chorizo de la Castilla occidental. La artesana elaboración de tan exquisita especialidad mereció incluso la atención de Goya, que pintó su *Choricero de Candelario.* Si la tradición consagró a esa villa por tan gloriosa artesanía, la actualidad parece aconsejarnos, sobre todo, los chorizos de Cantimpalo, de Riofrío, de La Cañada, de Oluega, de Villarcayo... También en León se hacen sabrosísimos chorizos que son ingrediente –con jamón, pimientos del país y cebolla– de la empanada de batallón, excelente plato leonés: un riquísimo hojaldre cubre el mullido confeccionado con los elementos que acabamos de indicar, consiguiéndose así un sabor perfectamente unido. Asimismo, existe el hornazo, gran empanada de chorizo, huevos duros, jamón y aun perdiz, que es reminiscencia de las grandes comilonas feudales.

Vamos a hablar del butillo, especialidad leonesa, de altísima calidad, que al parecer procede del Bierzo: es un embutido de huesos de cerdo, no muy mondados, adobados con pimentón, colocados dentro del intestino más ancho del animal y puestos a curar en el hogar. En el Bierzo, el butillo se come acompañado por repollo y, a veces, grelos, para restar grasas al plato.

Con el chorizo y el butillo tenemos la morcilla, la gran morcilla de Burgos, »la morcilla gran señora digna de veneración», según las inspiradas palabras de Baltasar de Alcázar. Hay dos tipos, la de cebolla



y la de arroz. Debiendo escoger, nos inclinaríamos por la primera, que es alegría del puchero familiar y que, simplemente frita, es un plato considerable, que a veces se adorna con piñones y especias. Nosotros pensamos en la morcilla de cebolla como consuelo de todos los pobres de estas tierras de pan llevar, sabrosa para los ricos y nostálgica para los ciudadanos... Y en la morcilla de arroz, especialidad muy apreciada por tantos paladares, que a veces se acompaña con las siete especias: orégano, comino, canela, alcaravea, pimienta, anís o clavos y nuez moscada.

No cerraremos esta panorámica de la cocina castellana y leonesa sin hacer mención de las alubias blancas, de extraordinaria calidad, especialmente las segovianas, que se suelen hacer estofadas, a base de cerdo. Estas alubias también se comen con liebre, y nos imaginamos que este plato debe de estar inspirado en las exquisitas fabadas con liebre, que más de una vez hemos tenido la suerte de probar en Asturias. Antes de pasar a los postres, muy importantes en la España central, hagamos una breve referencia al ajo arriero que, en la cocina castellana y leonesa, se usa en la preparación del bacalao y en otros alimentos, además de las ancas de rana de las que ya hemos hablado. Es cuestión discutida si el ajo arriero es castellano, navarro o vasco de nacimiento. Sobre el particular, nadie ha averiguado lo suficiente como para llegar a una afirmación rotunda e irrebatible. El ajo arriero es plato de ventas y mesones, de carreteros y de gentes viajeras: estas gentes pueden haberlo conocido en Castilla y haberlo llevado hacia el norte, o viceversa. En realidad, poca importancia tiene conocer exactamente el origen del plato; pero sí nos interesa repetir una vez más que se trata de una exquisita especialidad, digamos española, y así no entraremos en polémicas.

Terminemos con una referencia a los postres, que en Castilla la Vieja y en León gozan de gran predicamento. Destaquemos las tan conocidas mantecadas de Astorga; el bollo maimón; una tarta hecha con huevo, harina, almidón; una pasta muy parecida al bizcocho, y el arroz con leche espolvoreado con canela. Y junto a los dulces, los quesos, de extraordinaria calidad: el queso de Burgos, que es una especie de requesón, el de Villalón, el Tardajos, el de Ravé, el de Vilavilla y el de San Mamés.

A la cocina castellana y leonesa no les falta la útil e ilustre compañía de óptimos vinos, entre los que destacan el Vega Valbuena y su clase superior, el Vega Sicilia, el vino más caro de España. Otro caldo excepcional es el vino de Rueda, que consideramos uno de los mejores de nuestro país. El vino de Toro no desmerece ante ningún otro.

*La Montaña*

La Montaña posee una cocina rica, varia, inspirada –al menos, en una parte importante– en las formas de vida marinera. Aunque históricamente pertenezca a Castilla, difiere de ella en cuanto al clima y la configuración de su paisaje, de un verde húmedo y pastoso. Santander, desde el punto de vista gastronómico, es independiente del resto de las tierras castellanas; y ha logrado, a través de los tiempos, una personalidad culinaria propia y robusta. Pero situada entre Asturias y el País Vasco, no deja de sufrir, en cierto modo, la influencia de sus cocinas, singularmente de la vasca. Como ésta, la cocina de Santander está presidida por el principio de exaltación del pescado, pues la pesca de esta provincia es muy abundante, siendo notorio, por ejemplo, que su anchoa es la mejor del Cantábrico. Son famosas también las sardinas de Laredo y los salmones de los ríos del interior. Y el Arcipreste, en sus famosos y pantagruélicos inventarios de comestibles, pondera ya la excelencia del «pescado de Sant Ander».

En cuanto a los guisados más importantes de estas tierras, empezaremos por las anchoas o sardinas en cazuela, guiso marinero muy sencillo, pero sabrosísimo, hecho simplemente a base de una picada de cebolla, aceite, sal y pimentón, a fuego lento y en cazuela tapada. Otro guiso de sardina es a la santanderina, con filetes rebozados con pan rallado y ajo y perejil. Luego, con un poco de aceite, se ponen los filetes al horno y se sirven con rodajas de limón. Las sardinas con tomate, también en cazuela, aderezadas con aceite, tomate, cebolla picada, ajo y perejil, son realmente apetitosas.

Otro guiso popular, típico del puerto de Santander, son los rabas, frito de calamares con rebozo especial, y el bacalao de Cantabria, hecho a base de un picado de cebollas, harina, agua y vino, que luego se adereza con perejil y zumo de limón.

Los callos a la montañesa son otro de los exponentes de la cocina de Santander, y su fórmula la transcribimos de *La cocina regional:*

> «Se escogen los callos gruesos y se limpian con agua y vinagre restregando con un cepillo los bordes oscuros y después de muy bien aclarados se parten en trozos cuadrados. En una olla con agua fría se echan los callos con una cebolla en la que se clavan los clavillos y los granos de pimienta, se agrega el ajo y el laurel y se deja cocer continuamente durante tres horas como mínimo. Una vez cocidos y tiernos se retira la cebolla con las especies y se aderezan del modo siguiente: se pone a freír el aceite y se echa una cucharada de cebolla picada, a medio dorar se agrega la harina y cuando empieza a tomar color, se agrega el pimentón, separándolo del fuego y echándolo a los callos (también se puede añadir una cucharada de azúcar quemado) se dejan hervir despacio durante una hora y se sirve».



El pollo campurriano es un plato con acompañamiento de arroz y pimientos y una salsa con tocino, cebolla y vino blanco. El arroz santanderino presenta indudable originalidad, pues se cuece mezclando mantequilla, agua y leche con grandes trozos de salmón. Cuando está casi a punto, se echa por encima mantequilla derretida y se pone a dorar al horno. También debemos mencionar las habas a la montañesa, estofado de habas con jamón y pimientos secos, antes remojados, sazonado todo con tomillo, sal y pimienta.

Entre los productos más importantes de la Montaña debemos citar el queso pasiego, llamado así porque procede del valle del Pas. Es un queso parecido al Cabrales, aunque menos fuerte. Lo probamos por vez primera en Santillana del Mar, invitados por nuestro buen amigo el editor Gustavo Gili, y en el marco extraordinario y evocador de su mansión, antiguo palacio del marqués de Santillana.

Por último, en lo que respecta a dulces para postres, citaremos las rosquillas de Reinosa, los *sobaos,* las rosquillas del Ebro, las natillas, el arroz con leche, las pantorrillas y las famosas y excelentes galletas tostadas de Reinosa.

*La Rioja*

Aunque en su mayor parte es castellana, la cocina de La Rioja tiene peculiaridades propias que la acercan íntimamente a Aragón y Navarra. Es una cocina sencilla pero gustosa, evocadora de perfumes montaraces y silbos de ave.

Empezaremos por las pochas, exhumando un viejo texto de Tirso Rodrigáñez, que reproducimos íntegro por ser casi desconocido:

> «En la geografía culinaria hay que ir a buscarlas a La Rioja, donde alternan con los pimientos, formando en otoño el plato favorito de todas las mesas. No sé si la ribera del Ebro, en la parte comprendida entre Miranda y Tudela, tiene alguna virtud especial que hace de este alimento, nivelador de clases y fortunas, uno de los más sanos, suaves y sabrosos, o que solamente allí les gusta o lo conocen, pues

de otra suerte no me explico cómo las aguas del Tormes no se aprovechan, hasta la última gota, para producir pochas.

»Pocha, en castellano, es "pálida"; en riojano, y valga este provincialismo, es "judía", en aquel periodo que abandona su verdura para secarse. Como si dijéramos, es la judía en pubertad.

»No es, pues, aventurado suponer que a todas las judías del mundo, desde las que beben aguas del Tormes, por turbio que vaya, hasta las que nacen en la Judea misma, les sucederá que en tal periodo son más agradables, sabrosas, tiernas y apetitosas; pero es lo cierto que solamente en La Rioja he visto comerlas con verdadero deleite.

»Ahí van, pues, los apuntes para guisar este manjar, tal como me lo suministra una cocinera riojana, no sin advertir antes que dichas pochas se pueden condimentar de varias maneras, habiendo elegido solamente la que estimo como la clásica por ser la que usan los cazadores señoritos cuando, en el mes de septiembre y después de un día de lluvia, van a matar por aquellos hermosos campos las gordas codornices, aunque no "maten", en realidad, otra cosa que las suculentas alubias cocidas en enorme cántaro.

»Tómese una cola de cordero bien criado y no viejo, y a ser posible churro, y mejor aún de los apacentados en los fosos de la muralla de Pamplona, y se pone dicha cola en una cazuela, donde se aliña con poca manteca de cerdo, cebolla, perejil, pimienta y ajos, y a fuego lento se guisa, teniendo cuidado de añadirle, a medida que la cocción vaya haciéndose, unos cacillos de agua.

»Mientras, se desgranan las pochas y se echan en un puchero, cubriéndolas de agua fría a la que se añade también cebolla, perejil, pimienta y pimentón molido o azafrán. Estos dos aliños, que son a la pocha lo que Romero y Silvela son al partido conservador, incompatibles, tienen sus decididos partidarios, como los mencionados personajes, inclinándose unos al azafrán, porque dicen que alegra el corazón, porque su color regocija la vista y su sabor fortalece el estómago, estimula el apetito y conserva los sentidos.

»Sea de esto lo que quiera (y perdónese la digresión que intercalo por mi cuenta), sigamos en su discurso a la cocinera durante el cual ya lleva una hora arrimada a la lumbre la cola de cordero y debe empezar a estar tierna.

»A la hora, pues, de estar arrimada al fuego y sin retirarla, se ponen a cocer las alubias (ya preparadas, según queda dicho), tras lo cual se transfiere lo que hay en la cazuela al puchero, que continúa arrimado a la "candela" hasta que el manjar dice que ha llegado el momento de ser comido. Echarle sal es la última operación de la receta».



En la cocina riojana son importantes también el bacalao a la riojana, con pimientos morrones, cebollas y tomate; los callos a la riojana, con jamón, salsa de tomate y una picada de nueces, ajo y perejil; la ensalada de habichuelas, muy propia para el verano, consistente en echar y revolver en las judías hervidas y ya frías una picada de cebolla y perejil, con sal, aceite y vinagre; las patatas a la riojana, que es un guiso de patatas y pimientos y queso rallado; el pisto riojano, con lomo adobado, salchichas y pimientos morrones, todo ello especiado; la gallina en pepitoria y los caracoles a la riojana con jamón, tocino y pimientos encarnados. Hablaremos también de las sopas de ajo riojanas, con pimientos morrones y tomates, además de los ingredientes clásicos. Sin embargo, estas sopas de ajo, según los gastrónomos, no son las ortodoxas, las que ya Ventura de la Vega definió de una vez para siempre:

Cuando el diario suculento plato,
base de toda mesa castellana,
gastar me veda el rígido mandato
de la Iglesia Apostólica Romana,
yo, fiel cristiano, que sumiso acato
cuanto de aquella potestad emana,
de las viandas animales huyo
y con esta invención lo sostituyo.
Ancho y profundo cuenco, fabricado
de barro (como yo) coloco al fuego;
de agua lo lleno; un pan despedazo
en menudos fragmentos, lo echo luego;
con sal y pimentón despolvoreado,
de puro aceite tímido lo riego;
y del ajo español dos cachos mondo
y en la masa esponjada los escondo.
Todo al calor del fuego hierve junto
y en brevísimo rato se condensa,
mientras de aquel suavísimo conjunto
lanza una parte en gas la llama intensa:
parda corteza cuando está en su punto
se advierte en torno, y los sopones prensa;
y colocado el cuenco en una fuente
se sirve así para que esté caliente.

Terminamos esta antología literario-culinaria con la apología de la berenjena, obra del riojano Juan José Herranz:

Las berenjenas, como legumbre,
son el encanto de mi existencia;
cuando las sirven, echando lumbre,
tienen aroma, tienen esencia.
Con un amargo que ni se inicia,
con un picante que irrita poco,
las berenjenas son mi delicia,
las berenjenas me vuelven loco;
y si con trufas están rellenas,
son adorables las berenjenas.
En una mesa muy reducida,
con un cariño de fuego lento,
de los que ofrecen toda la vida
paz y ternura, calma y contento,
todos los platos saben a gloria,
ya guarnecidos con macarrones
o con rodajas de zanahoria,
o con almejas y camarones,
pero en familia, libres de penas,
son celestiales las berenjenas.
Dios me conserve, mientras exista
el fiel cariño de los que quiero,
aun cuando deba perder de vista
todos los guisos del cocinero.
Si los temblores hunden mi casa,
si lo que es huerta se hace barranco,
y mi moneda nadie la pasa,
me silban obras y quiebra el Banco,
no ha de faltarme, con almas buenas,
un buen guisado de berenjenas.

En cuanto a repostería, citaremos los bollos de San Marcos, la sobada, los mantecados de Villoslada y los bollos de aceite.

Y cerramos este capítulo con el elogio de los vinos de La Rioja –muchos y muy buenos–, sin duda los mejores vinos de mesa españoles por su graduación y su *bouquet*. Para ello –y siguiendo la vena lírica– traeremos a colación a Alonso de Herrera:

Parcamente su dulce humor bebido,
Conforta al hombre más que otra bebida,
Fomenta el natural color perdido,



Engendra pura sangre, la podrida
Purifica y aclara, y al herido
Restaurar hace la salud perdida;
Al humo, que causar suele tristeza,
Deslumbra; al débil cuerpo da firmeza.

Conviene el vino a todas las edades:
Vierte en el tierno niño nutrimiento,
Porque consume las superfluidades,
Al calor imperfecto dando aumento;
El viejo, del invierno a las frialdades
Resiste, con su cálido sustento;
Al robusto mancebo le convino
Según su natural, el fuerte vino.

Como pueden ver, son palabras justas y sensatas, pues no falta ni sobra nada. A ellas nos remitimos.

# Selección de recetas

## POLLO CAMPURRIANO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 pollo de 1.200 a 1.400 gramos | 200 gramos de manteca de cerdo |
| 200 gramos de arroz | 1/4 de litro de vino blanco |
| 150 gramos de tocino entreverado | 1/2 cucharada de harina |
| 3 pimientos medianos | 1/2 cucharada de pimentón |
| 1 cebolla grande | pimienta en polvo (facultativo) |

Una vez limpio el pollo, se corta en trozos, que se sazonan con sal y un poco de pimienta, y se pone a dorar en una cazuela de barro o cacerola, con el tocino cortado a cuadros delgados y una cucharada de manteca.

Cuando está medio dorado se le incorpora la mitad de la cebolla picada y el laurel.

Al quedar la cebolla doradita se le agrega el vino, que se dejará disminuir a la mitad, y la harina, que espesará un poco la salsa. Se rehoga un poco y se moja, hasta cubrir justamente el pollo, con caldo o agua caliente.

Se deja hervir despacio, con la cacerola tapada, hasta la total cocción del pollo. Mientras, en cacerola aparte se prepara el arroz siguiente, que se mojará media hora antes de servir nuestro plato.

Con manteca se rehoga el resto de la cebolla picada y los pimientos cortados a cuadros. Cuando ambos están dorados se añade el pimentón y acto seguido, el arroz, que se rehoga con los demás ingredientes y se moja con caldo o agua caliente (doble cantidad que de arroz).

Rectifíquese la sal.

Cocción de 15 a 20 minutos.

Para servir este plato se presenta el pollo en la propia cazuela de barro y el arroz aparte, simultáneamente, en una fuentecita. Retírese la hoja de laurel.

## CALLOS A LA MONTAÑESA

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 3 kilos de callos (panza, bonete, redecilla y cuajar) | 1 pequeñísima muñeca de tela fina con unos granos de pimienta |
| 1 cebolla grande y 1 mediana, con dos clavillos de especia incrustados en la cebolla mediana | 1 hueso de codillo de jamón |
| | 1/2 litro de vino blanco |
| | 1 cucharada de pimentón |
| | 1 cucharada colmada de harina |
| 2 decilitros de aceite | perejil |
| 2 dientes de ajo | sal |
| 1 atadillo de hierbas aromáticas | |

Una vez bien limpios y aclarados, los callos se cortan a cuadros y se ponen a cocer cubiertos de agua.

Al cabo de 3 minutos de cocción, se escurren y se les vuelve a echar agua en cantidad algo abundante.

Se añade el hueso de jamón, la cebolla mediana con los clavillos de especia, la muñeca de pimienta, el vino blanco y el atadillo de hierbas.

Se ponen a cocer y se espuman al romper el hervor. Cocción continuada y suave por espacio de unas tres horas. Se prepara un sofrito a base del aceite, la cebolla restante picada y los ajos picados. En cuanto se doran, se le añade la harina y se rehoga todo ligeramente.

Luego se echa el pimentón y se disuelve con un poco del caldo de los callos –que deberá estar más bien corto que largo– y se vierte en la olla de los callos, tras haber retirado previamente la cebolla con los clavillos, la muñeca de pimienta en grano y el atadillo.

Déjese cocer durante 1 hora más; retírese el hueso de jamón en el último momento y añádase un poco de perejil picado.

Deben resultar más bien escasos de salsa. Sírvanse calientes.

## SARDINAS O ANCHOAS EN CAZUELA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 36 sardinas (según el tamaño) | 1 hoja de laurel |
| 300 gramos de cebollas picadas | 2 decilitros de aceite |
| 1 cucharada de pimentón | sal |

Las sardinas, una vez escamadas, sin cabezas ni tripas y totalmente limpias, se sazonan con sal.

En una cazuela de barro, con el aceite, se rehogan la cebolla y el laurel. Una vez rehogados, se añade el pimentón, que se rehoga también un poco, procurando que no se queme, y se incorpora agua, sólo una taza, pues las sardinas deberán cocerse con el caldo que ellas mismas desprendan.

En este punto, se colocan las sardinas, unas junto a otras, apenas cubiertas por el líquido. Tápese la cazuela y cuézase a fuego lento. De vez en cuando se imprimirá un movimiento de rotación a la cazuela, a fin de que no se peguen las sardinas.

## RABAS EN SALSA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 800 gramos o un kilo de rabas (huevas de merluza) | 1 decilitro de aceite |
| 3 dientes de ajo picados | 2 cucharadas de perejil picado |
| 1/2 guindilla | 1 cucharada de harina |
| | 1 hoja de laurel |

Póngase al fuego una cazuela de barro de fondo plano, en la que se habrá echado el aceite, al que se añadirán después los ajos picados, el laurel y la guindilla.

Cuando empiece a tomar color se le echa la harina, que se rehoga un poco y se moja con la cantidad de caldo suficiente para cubrir las rabas. Cocción lenta.

Las rabas se cuecen aparte, durante unos minutos, en agua y sal, que ya estará hirviendo al echarlas. Se cortan luego en trozos de tamaño algo menor que el del dedo meñique y se echan a continuación en la salsa preparada anteriormente.

Se cuecen en esta salsa durante unos minutos más. Sírvanse en la misma cazuela.

Pueden echarse también unos guisantes.

Las rabas en pareja con las tripollas (vientre de la merluza) resultan un bocado exquisito, típico de los puertos de pesca santanderinos.

En este caso, las tripollas se cortan en pequeños trozos, que se ponen a cocer unos minutos en agua y sal, luego se echan las rabas cortadas. Al romper a hervir de nuevo se escurren bien y se echan en la salsa.

## SARDINAS CON TOMATE

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 36 sardinas (depende del tamaño) | 1/4 de litro de aceite |
| 200 gramos de cebollas | 1 hoja de laurel |
| 300 gramos de tomates maduros | 80 gramos de harina |
| 2 dientes de ajo | perejil |

Las sardinas, una vez limpias, se pasan por harina y se fríen.

En una cazuela de barro barnizada, se empieza por freír en aceite la cebolla bien picada, los ajos también picados, y el laurel.

Cuando la cebolla adopta un tono rubio se le añade el tomate pelado y picado, un poco de perejil picado y sal.

Se deja reducir hasta que se sofría el tomate y en este punto se colocan las sardinas en la cazuela, se mantienen unos minutos con el tomate y en seguida estarán en disposición de ser servidas.



## BACALAO A LA CANTABRIA

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 400 gramos de bacalao previamente remojado | 1 copa de vino blanco |
| 250 gramos de cebollas | 1 cucharada de harina |
| 1 diente gordo de ajo | 1 hoja de laurel |
| 2 decilitros de aceite | 1 limón |
| | perejil |

El bacalao, descamado y cortado a trozos (dos por persona), se pone al fuego en una cacerola, cubierto de agua y con la hoja de laurel. Cuando se inicia la ebullición se retira de la lumbre y se tapa la cacerola.

En otra cacerola o cazuela de barro, con el aceite, se rehoga la cebolla bien picada y el jamón también picado, hasta que adquiera un color rubio ligero; entonces se añade el vino blanco.

Una vez reducido el vino a la mitad se le agrega la harina, que se rehoga un poco, se moja con caldo del bacalao –en cantidad suficiente para cubrir justamente el bacalao cuando esté en este último recipiente– y se le añade un poco de perejil picado.

Cuando empieza a cocer se le incorpora el bacalao, bien escurrido, y todo junto se deja hervir, con mucha lentitud, de 15 a 20 minutos.

Al retirarlo del fuego se rocía con el zumo del limón. Sírvase bien caliente.

## COCHINILLO O TOSTÓN ASADO

*6 personas*

| | |
|---|---|
| 1 cerdito de tres semanas | 1 vaso de vino blanco |
| 2 dientes de ajo | pimienta molida (facultativo) |
| 50 gramos de manteca de cerdo | sal |

Generalmente se adquiere el cochinillo ya preparado y limpio; en caso contrario, se mata el animalito, se abre por el vientre y se deja desangrar. Una vez desangrado se sumerge en un caldero con agua hirviendo, luego se saca, se escurre y se seca con un paño; seguidamente se pela. Límpiese bien secándole los órganos internos y lavándolo interior y exteriormente; luego séquese nuevamente con el paño. Mézclense con la manteca de cerdo los ojos bien picados.

En el fondo de un cuenco o besuguera de barro, tartera o placa asadora se ponen unas ramitas de laurel, sin las hojas, y el vino blanco.

Mediante la manteca ablandada y mezclada con los ajos se unta el animalito por dentro y por fuera, sazonándose con sal y, si se desea con pimienta. Se pone en el cuenco o tartera y se asa en el horno que no esté muy fuerte, ya que el asado ha de realizarse despacio, por su mucha grasa, regándolo a menudo con su jugo, hasta que casi se consuma éste y el cochinillo esté tierno.

Cuando tome color se pincha repetidamente con una aguja de bridar (de coser aves), con objeto de facilitar la expulsión del aire y ayudar a la formación de la corteza crocante.

Se sirve en el mismo cuenco o en una fuente, y siempre con poco jugo, guarneciéndolo con berros frescos y acompañándolo con una buena ensalada que se presenta aparte. Debe comerse bien caliente.

## PATATAS A LA RIOJANA

*4 personas*

800 gramos de patatas
250 gramos de judías blancas cocidas
250 gramos de tomates maduros
200 gramos de pimientos
50 gramos de queso rallado
1/2 decilitro de aceite
nuez moscada
pimienta molida
media cucharadita de azúcar
sal

Una vez peladas las patatas –si son de tamaño mediano se emplean enteras; de lo contrario, se trocean en pedazos grandes–, se ponen a cocer lentamente en una cazuela de barro, con agua hasta la mitad.

Al estar medio cocidas se les añade los pimientos a cuadros, los tomates pelados, sin semillas y picados groseramente, sal, unas ralladuras de nuez moscada, pimienta, un poquito de azúcar para contrarrestar la acidez del tomate, y el aceite.

Continúese la cocción suave con la cazuela tapada hasta que estén cocidas por completo y se haya reducido el tomate.

Minutos antes de sacarlas del fuego se les añade las judías cocidas y escurridas y el queso; y, si fuese preciso, un poco del caldo de las judías, siempre y cuando, por efecto de la cocción, hayan quedado algo secas.

## ENSALADA DE HABICHUELAS

*4 personas*

600 u 800 gramos de judías blancas cocidas como de costumbre y frías
200 gramos de cebolla
1 diente grande de ajo
1 decilitro de aceite
4 o 5 cucharadas de excelente vinagre
1 cucharada rasa de perejil picado
pimienta molida
sal

Las judías se ponen en una ensaladera; añádaseles la cebolla y el ajo picados, el perejil, el aceite, el vinagre, la pimienta (si se desea) y sal.

Se mezcla todo bien y nuestra ensalada queda lista para servirla.



## BACALAO A LA RIOJANA

*4 personas*

400 gramos de bacalao desalado dividido en ocho trozos lo más iguales posible
300 gramos de judías blancas previamente cocidas
300 gramos de cebollas
2 o 3 pimientos morrones
2 dientes gordos de ajo
1 decilitro de aceite
pimienta y sal

En una cazuela de barro puesta al fuego, con el aceite, se echan la cebolla y los ajos bien picados; antes de empezar a dorarse la cebolla se echa unas cucharadas de caldo de las judías, más los pimientos cortados a tiras. Cocción suave.

En el almirez se machacan dos cucharadas grandes de judías, que se añaden a la cebolla y al pimiento de la cazuela y que espesarán la salsa, y un poquito de pimienta, agregándole el bacalao, bien prensado con las manos para que escurra el agua que pueda conservar, y las judías escurridas, dejando que el guiso cueza lentamente por espacio de veinte minutos. Si es preciso, añádasele un poco más de caldo de las judías. Sírvase en la misma cazuela.

## PISTO A LA RIOJANA

*4 personas*

4 lonchas, de 60 a 80 gramos cada una, de lomo adobado
8 salchichas
4 calabacines
3 pimientos morrones
1 cebolla grande
250 gramos de tomates maduros
2 dientes de ajo
decilitro y medio de aceite
limón
1/2 cucharadita de azúcar
sal

Los trozos de lomo se ponen en adobo, por espacio de 3 o 4 horas, con un ajo picado, unas gotas de zumo de limón y unos hilillos de aceite.

En una sartén o en una cazuela de barro se empieza por freír en aceite la cebolla picada junto con los pimientos a cuadros algo grandes y los dos ajos restantes enteros; al quedar frito todo y sin tomar demasiado color, se le añade los calabacines pelados y cortados como los pimientos.

Continúese friendo hasta que toda la fritada adquiera un ligero color rubio y en este punto se le agregan los tomates pelados, sin semillas y picados algo gruesos, sazonando con sal y azúcar; hágase reducir lentamente el pisto y remuévase de vez en cuando. Fríase el lomo –previamente espolvoreado de sal– y las salchichas, y una vez fritos se mezclan con el pisto preparado; unos minutos más de cocción, con el fin de que el tomate haya menguado y quede también frito.

Sírvase, en la misma cazuela, a la mesa.

## GALLINA EN PEPITORIA

*4 personas*

1 gallina de kilo y medio
80 gramos de manteca de cerdo
100 gramos de jamón
1 cebolla mediana
1 diente de ajo
1 atadillo de hierbas aromáticas (laurel, tomillo, orégano, unas hojas de perejil, unas colas de puerro, todo ello atado con bramante, formando un haz)
2 cucharadas de harina
1 buen vaso de vino blanco
3 granos de pimienta
2 clavillos de especia
unas ralladuras de nuez moscada
unas hebras de azafrán seco
10 almendras tostadas y peladas
150 gramos de guisantes desgranados y cocidos
2 huevos
8 picatostes o costrones de pan cortados en forma triangular y fritos
sal

La gallina, una vez totalmente limpia, se corta en catorce trozos –tres de cada pechuga y cuatro de cada pata–, que se espolvorean con sal y se ponen a rehogar con la manteca, a fuego moderado, añadiéndole el jamón a cuadritos, la cebolla y el ajo picados y el atadillo de hierbas.

Rehóguese sin que llegue a tomar demasiado color la gallina; a continuación, se espolvorea con la harina; se mezcla todo bien y se rocía con el vino blanco, caldo o agua, hasta cubrir los trozos, sazonando con pimienta, clavillo, nuez moscada y azafrán.

Al estar algo más de medio cocida se pasan los catorce trozos de gallina, uno a uno, a otra cacerola limpia. La cacerola que contiene la salsa se pone sobre el fuego y se añade a ésta las almendras picadas en el almirez y a las dos yemas de huevo duro, reducidas ambas cosas a pasta finísima y desleídas con parte de la misma salsa de la pepitoria.

Unos minutos de cocción y se pasa, sobre los trozos de gallina, a través de un colador fino. Rectifíquese de sal y termínese de cocer a fuego lento, mezclándose los guisantes, hasta que esté totalmente tierna.

Sírvase en fuente, o cazuela de barro, cubierta con su salsa, algo espesita, y adornada con los picatostes de pan recién fritos.

Es corriente guarnecer además, con trozos de huevo duro, la pepitoria; en nuestro caso, dos huevos duros partidos cada uno en cuatro pedazos a lo largo.



# Canarias

Forzoso nos será referirnos a una cocina naturalmente exótica, entre otras causas por su remota localización geográfica. «El mundo termina», escribía, siglos antes de Jesucristo, Herodoto de Halicarnaso, «allí donde el mar no es ya navegable y en este lugar es donde está el Jardín de las Hespérides y donde Atlas, sobre una montaña, sostiene el cielo con las manos.» Evidentemente, las islas, las siete hijas del rey Atlas, como las llaman, están situadas tan lejos de nuestra área geográfica que es muy difícil encontrar en los orígenes de la alimentación de los naturales del país un nexo con los principios nutritivos de nuestra península.

Los productos de la tierra canaria eran, antes de la llegada de los peninsulares, absolutamente distintos a los europeos y casi todo lo que hay, actualmente, parecido a nuestra cocina es pura aportación de España. Cuando los castellanos ocuparon las islas se encontraron con que los guanches eran, sin remedio, gente sobria, muy obligada a la cocina vegetariana, parcos en el consumo de grasas, discretos comedores de pescado. Escribía, docto, el Padre Espinosa: «Sólo tenían y sembraban cebada y habas, que trigo, centeno ni otras legumbres no las había en la isla. Esta cebada, después de limpia, la tostaban al fuego y la molían en su molinillo de mano. Esta harina llamada gofio la cual, cernida, era su ordinaria comida o desliéndola con agua o con leche y manteca de ganado...». Los conquistadores encontraron, pues, el gofio, que hoy todavía perdura, las frutas silvestres, las raíces de ciertas plantas, la leche de las cabras y ovejas y las carnes de estos animales –que consumían casi crudas– y otras muy escuálidas mantenencias.

Era gente de una natural simplicidad. El cronista del conquistador Bethencourt escribe: «Los canarios son astutos y vivos, corren y saltan en medio de las rocas inaccesibles y de peligrosos precipicios, con ligereza de cabras, excediendo a todo lo creíble». Bien, se acabó. Los castellanos les llevaron de la península desde el trigo hasta la naranja, y les trajeron de las Américas desde el tomate hasta la patata. La cocina cana-

ria, por consiguiente, participa de un fondo autóctono, de una influencia española y de una evidente aportación hispanoamericana. En el fondo autóctono, como es natural, predomina la influencia de la costa occidental africana. El gofio no pasa, con perdón, de ser una de las infinitas formas del alcuzcuz norteafricano, que es una pasta de harina, en forma de bolas, que los indígenas engullen. Todo ello puede venir de la antigua cocina romana donde, como es bien sabido, se encuentra, ya en la época clásica, la polenta, hecha con mijo. La polenta de hoy, la de maíz, no podía existir entonces: bien sabido es que el maíz no llega a Europa, ni desde luego a las Canarias, antes del siglo XVI.

El gofio es, pues, parte principalísima de la comida primigenia canaria. Hoy adquiere infinidad de formas y se hace de muy distintas harinas de cereales. Entre todas estas variedades, escogemos la clásica receta del ingeniero canario don Juan García del Castillo:

> «Harina de trigo, cebada, maíz o garbanzo que ha sufrido una torrefacción adecuada antes de acomodarse a la molienda. Es un alimento propio y muy usado en las Islas Canarias; tiene su origen en los guanches, raza primitiva de aquel archipiélago. Se hace de toda clase de granos pero principalmente de los indicados, siendo los más apreciados para el caso, los tres primeros, y, sobre todo, el maíz, por el buen color y exquisito aroma que da al producto.
>
> »Constituye la base de toda alimentación de la clase obrera y jornalera, sobre todo en la dedicada a las faenas del campo, a la que hace las veces de pan, y al cual prefieren generalmente, más que nada, para acompañar ciertos guisos de su peculiar y reducida cocina, muy apreciados por su paladar, que, por cierto y dicho sea de paso, si no son de una gran alimentación, son muy sabrosos y agradables, especialmente cuando se les saborea en familia entre las alegrías que preceden y acompañan al festín en que un extraño toma parte.
>
> »Este pan, llámase así, se fabrica en el momento necesario; minutos antes de comer, amasando el gofio con agua o leche, comúnmente con agua, hasta darle una consistencia adecuada para poderse hacer fácilmente una pelota más o menos grande con la mano. Para esta operación se valen de lo que llaman un "zurrón", que es un saco forrado de una piel de cabrito, que han tenido cuidado de sacar entera, menos la parte de cuello y cabeza, que le sirve de boca para entrar las costuras, que sólo se encuentran en los sitios correspondientes a las extremidades del animal. Allí dentro llevan su gofio al campo y, en el momento supremo, echan dentro el agua necesaria, sobando y apretando exteriormente el saco con las manos».



El gofio se puede tomar en sustitución del pan. Las pelotas de gofio, amasadas también con leche formando una papilla clara o desleídas en una sopa, e incluso con vino tinto, son otras variantes de esta misma especialidad canaria. El abuelo de uno de los dos autores de este libro, gallego de nación y de Viana del Bollo por más señalar, comía, con incomprensible deleite, harina de maíz, cocida, a la que añadía leche y, a veces, con la leche, vino. Cuando nos enteramos de que en Canarias se hacían cosas parecidas, repetimos mentalmente el adagio de que «no hay nada nuevo bajo el sol»...

Existen otras variedades del gofio, más elaboradas: el escaldón o gofio escaldado que se hace hirviendo agua, sal, tocino y guindilla; se vierte después el agua hirviendo sobre el gofio y luego se amasa. Otras variedades son los fritangos, que son unas pequeñas torrilas de gofio hechas con manteca de cerdo y fritas en la sartén. Es muy probable que el originario gofio se contagie de la cocina mexicana, con sus tortillas atoles y tamales. Con harina sola, es decir sin tostarla previamente, se hace un postre que es el frangollo, que se sirve con miel y leche. Otro postre de parecida inspiración es la chafeña o tafeña, especie de turrón con miel y grano de trigo tostado.

Los platos de pescado suelen ser importantes. Los domina el mojo palmero, que es pescado simplemente hervido y acompañado por salsas de infinitas variaciones, ligadas en crudo. El más típico es el mojo colorado, cuya fórmula es la siguiente: «Echad en un mortero un poco de sal, ajos, guindilla, cominos y pimentón, machacándolo todo bien, añadiéndole el aceite y agitándolo un rato, tras lo cual se vierte el vinagre. Complementad la salsa echando agua a voluntad según se quiera que el mojo sea más o menos fuerte».

Hay una variedad, que es el mojo verde, que en lugar de pimentón lleva cilandro. Sirven estos mojos para acompañar no sólo el pescado hervido, sino el pescado frito como las sardinas, a las cuales, a veces, se les da un hervor final junto a la salsa. El pescado canario por excelencia es el «viejas», y debe ser tratado con mucha discreción, pues tiene las carnes muy frágiles. Puede ir acompañado de un mojo discreto. El sancocho canario se hace con un pescado conocido con el nombre de «sama» –que puede ser sustituido por nuestra lubina–, hervido con patatas y servido con mojo. Un pescado de menor calidad son las «burras».

Dentro de la cocina campesina, están las papas arrugadas, que son, simplemente, patatas hervidas, con la piel, en agua muy salada; se acompañan normalmente con un mojo muy picante.

Al puchero canario, del cual hablamos en el capítulo de la olla, por cuya razón no hemos de insistir aquí, se le llama también «sancocho».

En lo que a carnes se refiere, parece ser que los guanches comían el cabrito crudo o muy ligeramente cocido. Aún hoy el cabrito es la base de los asados de las comidas canarias que quieren permanecer fuera de la arrolladora rutina de los grandes hoteles y restaurantes con ambiciones cosmopolitas. En algunos lugares de las islas todavía se conservan perniles de cabra que son de las cosas que mejor apreciamos de todo este folclore. A las cabras, cuyos perniles se salpresan, se les llama «machorras», y son cabras jóvenes. Citaremos también, como plato típico, los pollitos asados a la crema de plátano, fruto universal de las islas, y que con el tomate es base de su economía.

El capítulo de postres es importante. Por Canarias pasó, camino de Europa al Nuevo Mundo, la caña de azúcar, y algo ha quedado de tanta dulzura. Por ejemplo: pan de cuajada de queso, el pan de leche, el bienmesabe –en el que intervienen almendras, huevos y azúcar–, los turrones antes citados, el ñame con miel de guarape y tantas y tantas otras exquisiteces que iban acompañadas, tradicionalmente, por la malvasía de Canarias, llegada desde las islas griegas.

La importancia del vino de Canarias, en los siglos XVII y XVIII, fue fundamental, sobre todo para los ingleses que, con Sir Francis Drake a la cabeza, lo pirateaban con entusiasmo. En la vida del rey Enrique IV, Sir John Falstaff vive obsesionado por el vino de Canarias. En la vieja hostería, la posadera de la célebre Cabeza de Jabalí –hostería que realmente existió en Eastcheap y donde se reunían cómicos y poetas–, Mistress Quickly, proclamó el máximo elogio del vino insular: «Pero por mi fe, habéis bebido demasiado canarias, que es un vino maravillosamente penetrante y que perfuma la sangre antes que se pueda decir "qué es esto"».

Hoy las malvasías no tienen aquella antigua fama que elogiaba Goldoni, que Bossuet cataba antes de sus sermones –a pesar de que era borgoñón–, que fascinaba a Voltaire y que bebían, alternándola con el málaga y a muy pequeños y gazmoños sorbos, las damas victorianas. Pero en las islas hay todavía buenas malvasías y excelente vino de mesa. Y al lado de ellos, un buen ron y ron con miel que, lo certificamos, nos sanó uno de los más brumosos y persistentes resfriados que hayamos sufrido.



# Selección de recetas

## SANCOCHO CANARIO

*4 personas*

600 gramos de sama (pescado canario que puede reemplazarse por lubina)
400 gramos de patatas
2 dientes de ajo
1 cucharadita de excelente pimentón
cerca de 1/2 cucharadita de cominos
1 trocito de guindilla
unas cucharadas de aceite
2 cucharadas de vinagre
sal

Las patatas, una vez limpias, se trocean y se ponen a cocer en agua y sal. A los pocos minutos de cocción se les añade el pescado cortado, y ésta se mantiene hasta quedar cocidos pescado y patatas.

En el mortero se machacan los ajos con un poco de sal, la guindilla y los cominos; cuando todo queda reducido a pasta finísima se le adiciona el pimentón y el aceite, en el que se disuelve; unos momentos más tarde se incorporan el vinagre y parte del caldo del pescado cocido.

Para servir el sancocho se escurren patatas y pescado. El plato se presenta acompañado con el mojo colorado que se ha preparado antes en el mortero.

## SOPA DE SAMA (O DE LUBINA) TINERFEÑA

*4 personas*

300 gramos de sama o lubina (la sama es un pescado de Canarias que en la Península se puede reemplazar por la lubina)
150 gramos de patatas
2 cebollas medianas
2 tomates regulares
unas hebras de azafrán seco
unos pocos cominos
pan del día anterior
sal

Póngase al fuego una olla, o cacerola honda, con un litro y medio de agua en la que se echan los tomates pelados y troceados, las cebollas cortadas en finas rodajas, los cominos y la sal. Al empezar a hervir el agua se le inclu-

yen las patatas a trozos. Continúese la cocción, y cuando las patatas estén algo tiernas añádaseles el pescado a trozos y el azafrán triturado; déjese terminar de cocer.

Mientras tanto, del pan se cortan rebanadas finas que se disponen en cuatro platos soperos. Cuando la sopa esté a punto se reparte el caldo, la sama y las patatas en los platos así preparados.

## GUISO DE CONEJO ESTILO CANARIO

*4 personas*

| | |
|---|---|
| 1 conejo de un kilo | 1/2 litro de leche |
| 500 gramos de cebollas | 1 vaso de vino blanco |
| 200 gramos de tocino entreverado, cortado en lonchas | 100 gramos de miga de pan blanco, rallada |
| 100 gramos de médula (tuétano) de vaca salada | 3 clavillos de especias |
| 100 gramos de tocino graso | pimienta molida |
| | perejil y sal |

Una vez bien limpio el conejo, y secado con el paño, se rellena con el siguiente preparado: se empieza por remojar la miga de pan en la leche y se le añaden el tocino graso, la médula y el perejil –todo picado menudamente– y un poco de pimienta; bien mezclados estos géneros y rectificados de sal, se introducen en el conejo; seguidamente se cose el vientre con hilo fuerte; espolvoréese exteriormente con sal.

Tómese una cacerola grande o asadora ovalada, a la que se cubre el fondo con las lonchas de tocino donde se coloca el conejo relleno, que se rocía con el vino y se pone a asar en el horno; mientras se asa se le da vuelta de vez en cuando.

Las cebollas se cortan en rodajas delgadas y se ponen a cocer cubiertas de agua y sal, o bien con caldo, más los clavillos de especia. Cuando están cocidas se retiran los clavillos y se pasan por el tamiz; debe resultar un puré espeso que se rectifica de sal.

Una vez asado el conejo, se le separa el hilo con que se ha cosido el relleno y se sirve guarnecido con el puré de cebollas y rociado, por encima, con su jugo.

## PERRENILLOS
(Tortitas)

| | |
|---|---|
| 6 yemas de huevo | 400 gramos de azúcar |
| 200 gramos de manteca de cerdo | 800 gramos de harina |
| | azúcar para espolvorear |



En una vasija, o recipiente hondo, se echa la manteca, que se trabajará con la espátula de madera, hasta que quede fina; en este momento se le añaden las yemas de huevo, y se continúa trabajando; seguidamente, y en varias veces, se le incorpora el azúcar; por último, la harina; es necesario seguir removiendo el conjunto, conseguir una masa suave, parecida a la del pan.

Se cogen puñaditos de pasta, se aplastan para formar unas pequeñas tortitas que se colocan sobre las placas ligeramente engrasadas con mantequilla y que se pintan con clara de huevo batida. Deben cocerse en el horno suave, hasta que estén doraditas.

Una vez cocidas se espolvorean con azúcar fino.

# Índice de recetas

**Néstor Luján** (1922-1995) fue periodista y escritor. Licenciado en Filosofía y Letras, dirigió las revistas *Destino* e *Historia y Vida*. Reputado gastrónomo, es autor de *Viajes por las cocinas del mundo* (1983), *La cocina moderna* (1985) y el celebrado ***Carnet de ruta*** (Los 5 Sentidos 15). Entre sus novelas destacan *Decidnos, ¿quién mató al conde?* (1987, Premio Plaza & Janés), *Los espejos paralelos* (1991, finalista del Premio Planeta) y *Els fantasmes del Trianon* (1995, Premio Sant Jordi de novela).

**Juan Perucho** (Barcelona, 1920) estudió Derecho y en 1948 ingresó en la carrera judicial, al tiempo que comenzaba la creación de un mundo literario propio, habitado por lo sobrenatural e inspirado por una imaginación barroca. Poeta y hombre de letras, ha cultivado el ensayo, la crítica de arte, la gastronomía y los libros de viajes y memorias. En diciembre de 2002 obtuvo el **Premio Nacional de las Letras** en reconocimiento a toda su obra.

Los 5 sentidos

«Reunir a unos invitados y mantenerlos joviales y satisfechos, codo con codo, durante una hora o dos, es muy difícil. Pues no se trata sólo de ofrecer un buen menú y unos buenos vinos. Se trata, también, de que exista y florezca una corriente de simpatía y buen humor... Se trata simplemente de que el acto de comer se transforme en un rito. Es decir, en algo espiritual.»

PVP 22,00 €

ISBN 84-8310-877-1

9 788483 108772